Psiholog dr. Maria Paşca **Preot dr. Teofil Tia**

PSIHOLOGIE PASTORALĂ (I)
- Reperele psihologice ale consilierii pastorale -

Tehoredactare computerizată: Gianina Sîntoma

Coperta: Gianina Sîntoma

Descrierea CIP a Bibliotecii Naţionale a României
TIA, TEOFIL
Psihologie pastorală. Reperele psihologice ale consilierii pastorale / psih. dr. Maria Paşca, preot dr. Teofil Tia. Alba-Iulia: Reîntregirea, 2007
ISBN 978-973-7879-77-5

159.9

REÎNTREGIREA, 2007
Editura Reîntregirea,
Arhiepiscopia Ortodoxă Română a Alba Iuliei
Str. Mihai Viteazul, Nr. 16, Alba Iulia, România
Tel: 0258/811690 (secretariat)
0258/818188, int. 118 (editură)
www.reintregirea.ro
Comenzi carte: 0258/810373 sau pe www.reintregirea.ro

Psiholog dr. Maria Paşca Preot dr. Teofil Tia

PSIHOLOGIE PASTORALĂ (I)

- Reperele psihologice ale consilierii pastorale -

Tipărită cu binecuvântarea
Înalt Prea Sfinţitului Părinte Andrei,
Arhiepiscop al Alba Iuliei

REÎNTREGIREA

Alba Iulia, 2007

CUPRINS

Prefaţă..9

Partea I
PSIHOLOGIA PASTORALĂ………………………..13

Capitolul 1
Ce este psihologia pastorală? 13
1.1. Identitate. Delimitări. Definiţii.....................13
1.2. Legături interdisciplinare 22

Capitolul 2
Metode de cercetare psihologică 26
2.1. „Metoda” – instrument spre cunoaşterea ştiinţifică...26
2.2. Metoda observaţiei 26
2.3. Metoda convorbirii.......................................26
2.4. Metoda biografică...26
2.5. Metoda analizei produselor activităţii 26
2.6. Studiul de caz 26
2.1. „Metoda” – instrument spre cunoaşterea ştiinţifică 26
2.2. Metoda observaţiei 27
2.3. Metoda convorbirii.......................................31
2.4. Metoda biografică...33
2.5. Metoda analizei produselor activităţii 35
2.6. Studiul de caz 35

Capitolul 3
Cunoaşterea personalităţii umane................................37
3.1. Personalitatea umană – concept structural 37
3.2. Aspecte ale tipologiei umane 43
3.3. Particularităţile de vârstă...............................50

Capitolul 4
Implicarea afectivităţii
în structurile comportamentale.....................................56
4.1. Procesele afective primare
Trăiri şi stări interioare.......................................56
4.2. Procesele afective complexe. Emoţiile..........58
4.3. Procesele afective superioare.
Sentimentele şi pasiunile.....................................62
4.4. Caracteristicile vieţii afective,
din perspectivă pastorală 66

Capitolul 5
Caracteristici ale comportamentului deviant................68
5.1. Tulburări de risc
şi de conduită comportamentală..........................68
5.2. Identităţi ale elementelor psihopatologice.....73

Capitolul 6
Implicarea ecopsihologiei la nivel pastoral..................84
6.1. Elemente de construcţie conceptuală 84
6.2. Copilul. Apartenenţa
şi educaţia sa religioasă.......................................85
6.3. Persoana privată de libertate.
Regăsirea credinţei 94
6.4. „A fi sau a nu fi”… credincios? 99

Partea a II-a
CONSILIEREA PASTORALĂ 104

Capitolul 7
Ce este consilierea? 104
7.1. Conceptul de „consiliere psihologică” 104
7.2. Conceptul de „consiliere pastorală” 111
7.3. Raportul „consiliere psihopastorală” – spovedanie 113

Capitolul 8
Abordarea consilierii pastorale..................................116
8.1. Identitatea consilierului pastoral 116
8.2. Profilul consilierii individuale şi de grup 119
8.3. Instrumente abilitate acţiunii de consiliere pastorală 121
8.4. Locul şi rolul „ascultării” în consilierea pastorală 125

Capitolul 9
Exercitarea actului de consiliere pastorală 129
9.1. În familie 129
9.2. În şcoală..132
9.3. În comunitate (ONG-uri, spital, penitenciar etc.) 137

Capitolul 10
Noţiuni generale de psihoterapie 139
10.1. Elemente de identitate psihoterapeutică..........139
10.2. Identitatea terapiilor scurte........................142
10.3. Valoarea terapiilor ocupaţionale 144

Capitolul 11
Specificul psihoterapiei ortodoxe mistice 150
11.1. Ce este psihoterapia ortodoxă?......................150

11.2. Metodologia psihoterapiei ortodoxe..........150
11.3 Calităţile preotului psihoterapeut 154
11.4. Conceptul plurisemantic de „sănătate”.
Sănătatea sufletului 155
11.5. Boala sufletului...157

Capitolul 12
Ghid practic terapeutic 159
12.1. Terapii ocupaţionale (ergoterapie,
meloterapie, art-terapie) 159
12.2. Expresia verbală. Povestea terapeutică 166

Anexă
Studii de caz………………………………………184
Bibliografie..261

Prefaţă

Cartea de faţă se adresează, cu precădere, studenţilor de la facultăţile de teologie de limbă română din România (şi – eventual – din Republica Moldova), precum şi masteranzilor din domeniul „Psihologiei Pastorale" şi al „Consilierii Pastorale". Ea constituie **primul volum dintr-un mai amplu tratat de Psihologie Pastorală**. Precum subtitlul şi sugerează fugitiv, acest prim volum cuprinde câteva repere fundamentale de natură psihologică, necesare celui care doreşte să se iniţieze în studiul acestei discipline şi aspiră să practice cu succes consilierea pastorală. Are **un scop didactic**, interesul autorilor fiind acela de a oferi un instrument util tuturor acelora care păşesc „timid", dar cu o curiozitate inocentă, în universul psihologiei.

Cititorul va constata că **se exploatează consistent bibliografia existentă în limba română,** pentru a nu obliga studentul, aflat pe parcursul formării sale teologice fundamentale, să apeleze la o bibliografie în limbă străină, mai înainte de a avea cunoştinţele de bază de psihologie. Bibliografia străină va fi de un real folos ulterior, spre anii terminali şi în timpul studiilor masterale, când **poziţiile şi viziunea sa teologică vor trebui nuanţate**.

Documentarea bibliografică românească îi aparţine inimoasei psiholog dr. Dorina Maria Paşca, lector universitar/şef de lucrări la Universitatea de Medicină şi Farmacie din Târgu Mureş, care este una dintre cadrele didactice (asociate) implicate activ în activitatea de cercetare a **Institutului de Pedagogie Pastorală, Psihoterapie Ortodoxă şi Dezvoltare Comunitară** din cadrul Universităţii „1 Decembrie 1918" din Alba Iulia, un centru de cercetare care tutelează linia masterală specializată pe „consiliere" de la Facultatea de Teologie din Alba Iulia.

Din experienţa la clasă a autorilor s-a observat că unele cunoştinţe de psihologie elementară nu se deprind (totuşi) „din mers" la facultate, în condiţiile actualului învăţământ universitar „de masă", specific societăţii româneşti post-ideologice. Aşa că s-a încercat în acest volum concentrarea unui set de cunoştinţe minimale de natură psihologică care ar trebui să le posede un student teolog, cunoştinţe fără de care tânărul nu va putea să demareze cu succes cercetarea în domeniul Psihologiei Pastorale.

De aceea, chiar dacă nişte psihologi avizaţi ar putea considera conţinutul acestui prim volum insuficient de „inovativ", cu un coeficient de originalitate redus, pentru studenţii la teologie va constitui un instrument de lucru foarte util. Lucrarea de faţă constituind **o operă de pionierat** în literatura românească de specialitate, îşi cunoaşte limitele şi neajunsurile: ea duce povara unui început, stă sub „stigmatul" antemergătorului, rămânând „o carte deschisă", flexibilă oricăror noi intenţii metodologice.

Cartea reprezintă liantul unei colaborări de specialitate (psihologie şi teologie) intuind câteva dintre multiplele motivaţii comune ale unei astfel de cercetări intersectate: ambele domenii sunt explicit antropologice şi antropocentrice, determinând o anumită construcţie atitudinală faţă de om ca valoare existenţială incontestabilă.

Aparatul critic nu este configurat conform exigenţelor clasice din domeniul teologic, ci respectă noua orientare a cercetării ştiinţifice din domeniul umanist de la Universitatea Babeş-Bolyai din Cluj-Napoca. Noul sistem are anumite incontestabile avantaje în raport cu cel tradiţional-teologic:

a. Pune **accentul pe anul apariţiei unei lucrări** (prin aşezarea ei pe locul doi, atât la bibliografia finală, cât şi la „nota" din paranteze), descurajând astfel excesiva exploatare a unei bibliografii râncede, fenomen des întâlnit încă în universul cercetării ştiinţifice româneşti;

b. Scoate în evidenţă autorul şi **momentul istoric exact al genezei unei idei** (idee care este – din moment ce a motivat apariţia unui volum – dacă nu revoluţionară, cel puţin inovatoare în cercetarea ştiinţifică);

c. Existenţa doar a etajului informaţional şi **lipsa sectorului de subsol al paginii** (cuprinzând dense note explicative) conferă ansamblului paginii o lejeritate aparte, făcând **lectura cărţii foarte relaxantă** şi mesajul extrem de lizibil; pagina este astfel aerisită, constituind pentru orice student o invitaţie la lectură.

d. Scuteşte autorii de nenumărate repetiţii la subsolul paginii;

Cu speranţa că Dumnezeu va binecuvânta această iniţiativă prefăcând „poteca" actuală într-o „cărare" de viitor, iar pe termen lung, într-un „drum somptuos", cu dorinţa ca demersul nostru să fie perceput pozitiv de studenţii teologi (şi nu numai) urăm mult succes celor pasionaţi de cercetarea ştiinţifică de la intersecţia dintre psihologie şi teologie, spunându-le: *„Per aspera, ad astram!". („Prin dificultăţi, la stele...")*

Autorii
1 octombrie 2007

- **Psih. dr. Dorina Maria Paşca** este şef de lucrări/lector universitar la Universitatea de Medicină şi Farmacie din Târgu Mureş şi cadru didactic asociat al Institutului de Pedagogie Pastorală şi Psihoterapie Ortodoxă din cadrul Universităţii „1 Decembrie 1918" Alba Iulia.
- **Preot dr. Teofil Tia** este conferenţiar universitar la Facultatea de Teologie din cadrul Universităţii „1 Decembrie 1918" Alba Iulia, coordonator al liniei de cercetare „Psihologie Pastorală" din cadrul aceluiaşi institut.

PARTEA I

PSIHOLOGIA PASTORALĂ

Capitolul 1

Ce este psihologia pastorală?

1.1. Identitate. Delimitări. Definiţii
1.2. Legături interdisciplinare

1.1. Identitate. Delimitări. Definiţii

Termenul de „**psihologie**” provine din două cuvinte greceşti: ***psyche*** = **suflet** şi ***logos*** = **ştiinţă, studiu**, sudarea lor creând o nouă semnificaţie: **ştiinţa despre suflet**. Studentul teolog ar putea replica: ştiinţa despre suflet prin excelenţă este teologia, chiar dacă denumirea etimologică a domeniului ştiinţific respectiv nu sugerează acest lucru: teologia este ştiinţa despre Dumnezeu, iar drept urmare se ocupă şi de suflet şi de mântuirea lui. Cert este că termenul de „suflet” vehiculat în teologie şi cel de „psihic”, central în psihologie, nu sunt întru totul identici. Evoluţia separată a celor două discipline a determinat o evoluţie semantică diferită; însă ei nu sunt nici în opoziţie.

Spre deosebire de teologie care este o ştiinţă cu preocupare constant transcendentă, psihologia este un univers de cercetare şi analiză prin excelenţă imanent. Etajul transcendent îi lipseşte, şi aceasta chiar dintru început, respectiv din clipa în care s-a format ca

disciplină autonomă şi şi-a cristalizat propria identitate academică.

Tocmai de aceea nu putem vorbi de o rivalitate între aceste două domenii de cercetare, ci mai degrabă de **o ignorare reciprocă a lor de-a lungul câtorva decenii, situaţie impusă** de conjunctura istorică (în România, decenii întregi psihologiei i s-a suprimat dreptul la existenţă printr-o decizie aberantă a liderilor comunişti, iar teologiei i s-a interzis comunicarea fertilă cu disciplinele laice, comunicare care-i sporeau credibilitatea şi îi demonstrau caracterul ştiinţific).

Perioada post-ideologică permite **o reluare a interacţiunilor ştiinţifice şi de cercetare între aceste domenii**, mai ales că există nişte afinităţi speciale între teologie şi psihologie: amândouă sunt preocupate de tulburările, frământările, zbuciumul interior al fiinţei umane, amândouă doresc să iasă în întâmpinarea fiinţei umane aflate în angoasă, amândouă au vocaţii terapeutice, iar metodele lor sunt complementare, iar nu antagonice. Cu alte cuvinte, vorbim de două prietene care au aşteptat prea mult – în istoria recentă – până să se întâlnească.

Reluarea legăturilor interdisciplinare între aceste două fascinante domenii pune însă o problemă esenţială: aceea a interlocutorilor şi a cercetătorilor cu dublă competenţă, respectiv a specialiştilor care să înţeleagă şi să vorbească ambele limbaje: atât cel teologic, cât şi cel psihologic.

În formularea lui C-tin Rădulescu Motru definiţia psihologiei ar suna cam aşa: „psihologia este **ştiinţa despre viaţa sufletească** care urmăreşte să descrie în mod complet şi exact diferitele forme ale vieţii sufleteşti; în acelaşi timp, ea ne dă şi explicarea faptelor sufleteşti sub raportul succesiunii şi al coexistenţei lor”. ***(Constantin Rădulescu Motru, 1996, p. 16)***

Cunoaşterea psihologică, de-a lungul timpului (***E. Lupşa-V. Bratu, 2005, p. 6)***, poate fi împărţită în trei mari etape:

1) **Etapa pre-ştiinţifică** „debutează în momentul creării omului, când acesta devine conştient de sine şi începe să-şi pună întrebări legate de sine şi de natura înconjurătoare. Răspunsurile la aceste întrebări aveau o fibră raţională dar, din perspectiva ştiinţei moderne, erau naive şi inconsistente. Din mitologie datează deci nişte perspective asupra sufletului care poate unor cercetători contemporani li se vor părea chiar nostime: astfel, exista conştiinţa existenţei unui **suflet-viaţă** (care părăseşte corpul în timpul somnului şi care după moartea omului caută alt corp), a unui **suflet-umbră** (care însoţeşte corpul în stare de veghe); a unui **suflet-reflex** al corpului (care apare când ne privim în oglindă sau în alte obiecte cu potenţial de reflecţie) şi a unui **suflet-nucleu** (comun omului şi animalelor).”

2) **Etapa filosofică** debutează odată cu „formarea primelor sisteme filosofice, în antichitatea târzie (sec. VI-V î.e.n) şi se încheie cu **desprinderea psihologiei de filosofie** (1879). În această perioadă cunoaşterea psihologică dobândeşte un caracter religios sistematizat şi argumentat, ea menţinându-se la un nivel speculativ. Urmând exemplul filosofiei şi psihologia devine **materialistă** (gândirea este văzută ca o simplă secreţie a creierului) sau **idealistă** (viaţa psihică este văzută ca un fenomen de natură pur spirituală).”

3) **Etapa ştiinţifică** debutează în anul 1879 când Wilhelm Wundt, la Leipzig, înfiinţează **primul laborator de psihologie experimentală** (foarte curând, în 1893, se înfiinţează primul laborator psihologic la Iaşi, în 1906 la Bucureşti, şi în 1921 la Cluj).

După I. Mânzat, **credinţa** (în spectrul ei general şi mai ales în sens psihologic) este **„o atitudine**

spirituală, o adeziune, un **asentiment**, o ataşare de ceva anume, **o angajare a conştiinţei**. Ea presupune o **evaluare a realităţii** şi este produsul unei **convingeri subiective**.” ***(I. Mânzat, 1997, p. 22)***

După Pascal Blaise credinţa este „*deasupra*”, dar nu „*împotriva*” cunoaşterii, fapt care nu obstacolează, ci impulsionează traseul uman spre identificarea şi conturarea valorilor. ***(B. Pascal, 1963)***

Credinţa religioasă, în accepţia lui I. Mânzat, constituie o dimensiune fundamentală a spiritului, **materializată într-un sistem de valori**. ***(I. Mânzat, 1997, p. 23)*** Totodată, **credinţa religioasă** conform lui James W (1916) este credinţa într-un lucru faţă de care îndoiala teoretică rămâne încă posibilă; şi cum **criteriul credinţei rezidă într-o dispoziţie spre faptă,** se poate spune că credinţa constă în a fi gata să investeşti eforturi într-o cauză al cărei succes nu este (prestabilit sau) garantat dinainte. Este prezentă o calitate morală pe care o numim în limbaj comun, în ordinea practică, „curaj”; oamenii de mare valoare şi de mare potenţial înclină adeseori să accepte o doză de incertitudine în credinţa sau în viziunea lor filosofică, conştienţi că în orice „totalitate” rămâne „un fragment” de necunoscut, iar **riscul conferă o anumită savoare cercetării** ce o întreprinzi sau activităţii pe care o desfăşori.

Constantin Rădulescu-Motru este de părere că **credinţa** exprimă subiectivitatea omenească individuală „fondul sentimental omenesc”; ea este intim legată de personalitatea omului. Esenţială este în credinţă convingerea existenţei unui „sens al existenţei omeneşti” în general, şi a unui „sens al vieţii individului” în particular.

Credinţa este ineradicabilă pentru că individul nu poate să dizolve din adâncurile sale ontologice convingerea că **„existenţa are un sens”**, că mica sa

persoană nu poate fi indiferentă restului naturii. **Rădăcina oricărui ideal este credinţa în sensul existenţei omeneşti.** Credinţa trebuie să afirme **valoarea** individualităţii omeneşti în univers. ***(Constantin Rădulescu-Motru, 1899).***

I. Mânzat constată că „**credinţa este o depăşire a experienţei strict cognitive**. Ea implică emoţie, sentiment, voinţă, motivaţie şi atitudine. Credinţa religioasă nu e depăşirea oricărei experienţe, ci a unei experienţe prin alta, completarea lor, folosirea mai multor planuri ale experienţei.” ***(I. Mânzat, 1997, p. 22)***

Conceptual, pentru a ajunge la experienţa religioasă definită în *Dicţionarul general al ştiinţelor umane* ***(Thines-Lempereur, 1984)*** ca fiind „o componentă a atitudinii faţă de viaţă”, conceptul indică şi „înţelegerea lumii ca semn al divinului şi, într-o formă mai generală, înţelegerea prezenţei divinului în anumite realităţi pământeşti”. Această înţelegere poate avea un caracter intuitiv, dar – imediat – şi o mare profunditate afectivă”.

Este important să pornim de la **experienţa trăită** definită în *Marele dicţionar al psihologiei* ***(Larousse, 2006, p. 286)*** ca „un ansamblu de evenimente care exercită asupra individului o influenţă durabilă, adeseori chiar ireversibilă”. Experienţa trăită depăşeşte, integrându-le, unele influenţe ale mediului de viaţă, ale căror efecte pot fi modificate de anumiţi factori genetici (ce ţin de variaţia individuală) şi de experienţa anterioară.

Mai recent, cea mai consistentă contribuţie românească la studiul, identificarea şi conceptualizarea elementelor fundamentale de **psihologia credinţei şi psihologia vieţii religioase**, la nivelul bibliografiei în limba română, şi-au adus-o I. Mânzat I. Moldovan, personalităţi care vor reprezenta puncte esenţiale de

reper în lucrarea de faţă. ***(I. Mânzat, 1997 şi I. Moldovan, 2001).***

Antoine Vergote subliniază faptul că psihologia s-a născut odată cu omul, precum şi religia, de aceea, afirmă el, **totul în religie este şi psihologie**, chiar dacă în anumite sisteme simbolice religia nu coincide cu fizionomia ei psihologică. El subliniază faptul că **psihologia nu poate şi nu-şi asumă afirmaţii sau negaţii cu privire la realitatea divinului**, ci se menţine într-o poziţie exterioară în raport cu intenţiile relaţionale ideologice pe care unii le-ar promova. ***(A. Vergote, 1985)***

Pentru I. Moldovan, „scopul şi obiectivele psihologiei vieţii religioase **nu vizează susţinerea sau combaterea unor teze, afirmaţii, dogme sau adevăruri de credinţă**, **ci ea trebuie** ca – prin mijloace ştiinţifice proprii – să descopere şi să explice naşterea credinţei, evoluţia ei, să analizeze modul în care credinţa se reflectă în convingerile şi atitudinile individuale.” ***(I. Moldovan, 2001, p. 17)***

Astfel, psihologia recurge la studierea motivaţiilor, a intenţiilor, a trăirilor afective umane; analizează motivaţia direcţiei de orientare a vieţii cuiva şi mijloacele pe care le foloseşte cineva spre a-şi duce la împlinire obiectivele.

Psihologia religiei după I. Mânzat, este disciplina care se ocupă cu cercetarea particularităţilor psihologice ale credinţei şi experienţei religioase şi a diverselor atribute şi trăiri ale personalităţii credincioşilor. **Problematica fundamentală** a psihologiei religiei poate porni de la:

a) structura şi dinamica psihismului la omul credincios;
b) rădăcinile psihologice ale religiei;
c) conţinutul experienţei religioase;

d) componentele şi funcţiile credinţei religioase;

e) rolul inconştientului şi al conştientului în trăirea religioasă;

f) particularităţile psihice ale persoanelor religioase;

g) complexitatea sentimentelor de tip religios, filiaţia speranţă – iubire - credinţă;

h) pericolul disoluţiei personalităţii în credinţa fanatică.

E necesar să remarcăm câteva exigenţe ştiinţifice elementare ale cercetării academice în domeniul psihologiei religiei: ***(I. Moldovan, 2001, p. 15)***

a) În abordarea fenomenului religios, realitate „concretă" în viaţa credinciosului, este necesară o deplină atitudine ştiinţifică a cercetătorului;

b) Delimitarea clară, din punct de vedere metodologic, şi stabilirea unor raporturi de egalitate şi complementaritate cu religia, serveşte ambelor discipline; psihologia îşi păstrează identitatea şi specificitatea, putând oferi date şi rezultate din cercetarea empirică, ce pot servi religiei drept bază de valorificare a unor adevăruri cunoscute prin teologia revelată;

c) Religia (mai ales cea creştină) se bazează pe un raport stabilit între om, ca realitate fizică şi psihologică, cu un „Cineva", o realitate transcendentă, Care acceptă o relaţie de tip personal cu omul; trăirile, atitudinile, experienţele şi convingerile, motivaţiile, trăirile afective rezultate din acest raport, devin obiect de studiu al psihologiei;

d) Deoarece nu toţi oamenii „aderă" la o religie, existând şi indiferenţi din punct de vedere religios sau atei, şi datorită caracterului „simbolic" prin care este percepută şi trăită relaţia individuală cu transcendentul,

atenţia cercetărilor psihologice trebuie să se îndrepte, în egală măsură şi asupra acestora;

e) Ca ştiinţă empirică, psihologia vieţii religioase se orientează asupra conduitelor şi fenomenelor observabile, pe care le explică, cel puţin parţial, prin raportarea lor la funcţiile subiective;

Iată deci că **intersectarea dintre teologie şi psihologie** a dat naştere la o serie de parcursuri academice coagulate sub denumiri deosebite: **psihologia credinţei religioase, psihologia religiei, psihologia vieţii religioase** etc. Dintre cercetătorii pasionaţi de cercetarea de contact dintre psihologie şi religie amintim pe Th. Ribot, P. Janet, W. James, C. G. Jung, H. Delacroix, G. W. Allport, E. Durkheim, Mircea Eliade, Mircea Florian etc.

Volumul de faţă poartă însă denumirea de „Psihologie Pastorală”. Care este preocuparea academică care se ascunde în spatele acestei denumiri? Psihologia pastorală se pare că are o fizionomie aparte.

Ea este **o sub-ramură a unei discipline aparte din Teologie**, respectiv **Pastorala**, şi are în obiectiv **analizarea proceselor psihologice inerente activităţii pastorale.** În activitatea concretă a preotului – păstor de suflete, el va lua contact cu o serie de trăiri umane, reacţii, atitudini, convingeri, pe care nu le va înţelege corespunzător, şi în raport cu care nu va putea să acţioneze corectiv, dacă nu le va şti lectura din perspectivă psihologică, adică dacă nu va avea minime competenţe psihologice.

Aşa s-a născut necesitatea coagulării acestei discipline. Ea este deci o disciplină sectorială recentă a teologiei (care se ancorează în dialogul tradiţional interdisciplinar dintre teologie şi psihologie) consistând în **aplicarea principiilor psihologice, a metodelor psiho-diagnostice şi psiho-terapeutice, precum şi a**

demersurilor experimentale de cercetare şi de interpretare psihologică, la întreaga serie de probleme privitoare la teologia şi practica pastorală.

Definiţia aici propusă reuşeşte într-o anumită măsură să delimiteze **sectorul propriu psihologiei pastorale**, întrucât definiţia oricărei sub-discipline psihologice trebuie să includă sectorul specific căruia i se adresează (de exemplu, **psihologia religiei** studiază fenomenele religioase ca experienţă subiectivă; **psihologia educaţiei** studiază procesele psihologice inerente practicii educative etc.).

Psihologia pastorală se interesează deci de **procesele psihologice care au loc într-un context pastoral, respectiv situaţiile în care sunt angajate două sau mai multe persoane** (una dintre acestea fiind, de obicei, preotul păstor), **într-un dialog care presupune relaţia cu Dumnezeu.**

„Putem vorbi de un context pastoral atunci când se instaurează o relaţie inter-personală între un preot şi una sau mai multe persoane („subiecţi pastorali") **deschişi prezenţei transcendenţei**. Psihologia pastorală ca nouă disciplină teologică a fost impusă de exigenţele concrete ale muncii păstorului de suflete. Membrii clerului sunt chemaţi să facă faţă multor roluri într-o societate democratică: să fie preoţi, profesori, asistenţi sociali, administratori, jurnalişti etc.

Dincolo de rolurile „tradiţionale", astăzi devine tot mai solicitat preotul în calitatea lui de „sfătuitor", de „consilier", căruia credincioşii să i se poată adresa în momentele de criză ale vieţii lor (conflicte conjugale şi familiale, decizii majore de luat în viaţă, doliu, probleme etc.)". ***(G. Sovernigo, 1998)***

Cum menţionam, unul din rolurile tot mai pretinse preotului în exercitarea responsabilităţii lui în legătură cu comunitatea este acela de ***consilier.*** În

trecut, aceasta era în strânsă conexiune cu vocaţia de ***vindecător*** al rănilor interioare. Aceste două competenţe erau nedetaşabile chiar şi pe vremea Mântuitorului (El era **taumaturgul** prin excelenţă). În istoria recentă, ele apar separate: preotul se angajează în mod special în activitatea pastorală, în timp ce diferiţi alţi specialişti (medici, psihoterapeuţi, psihologi) se dedică vindecării (fizice şi mentale).

Aspectul pozitiv al acestei „sectorizări" este că fiecare specialist va şti, cu maximă competenţă, să rezolve problema care intră în atribuţia sa, dar aspectul negativ este că **se va pierde tot mai mult din atenţie omul în integralitatea sa.** Parcelarea înseamnă, inevitabil, şi fragmentare, fărâmiţare, atomizare a perspectivelor. Acest aspect negativ se încearcă a fi evitat prin studierea Psihologiei Pastorale de către studenţii teologi.

1.2. Legături interdisciplinare

Psihologul francez J.-M. Pohier a observat că „religia a început să utilizeze în vederea realizării propriilor obiective, tehnici ale psihologiei; acest uz este în primul rând practic, dar faptul în sine demonstrează implicit o acceptare a conceptelor şi teoriilor psihologice". ***(J.-M. Pohier, 1991, p. 87)***

În epoca contemporană, în care oricare ştiinţă trebuie să respire aerul inter-disciplinarităţii, teologia, la rândul ei, colaborează cu alte ştiinţe, precum **psihologia, sociologia şi antropologia culturală**. Raportul care se stabileşte între psihologie şi teologie, **garantează pe de o parte, independenţa celor două ştiinţe şi specificul metodei de cercetare a fiecăreia, iar pe de altă parte, permite o fertilă colaborare între specialiştii acestora.**

Astăzi, teologia se orientează spre psihologie, sociologie şi alte ştiinţe, întrucât dezvoltarea acestora în cadrul culturii contemporane este capabilă să ofere noi instrumente de înţelegere a mesajului lui Dumnezeu pentru lumea de astăzi. Toate aceste ştiinţe descoperă noi dimensiuni ale realităţii umane, modifică perspectiva din care omul se priveşte pe sine însuşi şi lumea în care trăieşte, permiţând astfel o mai profundă şi mai detaliată înţelegere a planului lui Dumnezeu cu omenirea contemporană.

Putem aprecia că şi psihologia are nevoie de teologie, într-o anumită măsură. Aceasta pentru că şi **psihologia, ca ştiinţă antropologică**, **vehiculează o anumită viziune despre om** şi lucrează cu o anumită teorie a valorilor; deci, ea înseşi este condiţionată de o anumită antropologie şi de o anumită etică, pe care cel mai adesea o împrumută din cultura vremii în care se dezvoltă. Or, în adâncul culturii europene bate o inimă în mod inconfundabil creştină. Iar psihologia, dacă doreşte să înţeleagă în profunzime antropologia, etica şi mentalitatea lumii moderne, trebuie să cerceteze bazele creştine ale culturii contemporane.

În istoria ştiinţelor, putem vorbi despre existenţa a trei mari modele de raport între psihologie şi teologie: **modelul ierarhic (1), modelul utilizării funcţionale (2) şi modelul dialogului interdisciplinar (3).** Primul dintre aceste modele de raportare, cel **ierarhic**, este anacronic, întrucât acesta considera teologia drept ştiinţa supremă care oferea tuturor celorlalte ştiinţe bazele ultime şi cadrul ideologic suprem, în limitele căruia ele îşi puteau formula ipotezele şi teoriile. Astăzi nici un psiholog, ca adevărat om de ştiinţă, nu ar mai accepta o astfel de limitare a libertăţii sale de cercetare şi de experimentare. Pericolul de a pune şi azi în aplicare acest raport pândeşte totuşi pe specialiştii

ambelor ştiinţe, atunci când aceştia (fie ei psihologi, fie teologi) absolutizează (mai mult sau mai puţin conştient) propria ştiinţă, considerând-o drept unica cu adevărat „ştiinţifică” şi desconsiderându-le pe celelalte. Aceasta atitudine „îngâmfată" face imposibilă o adevărată colaborare între aceste două ştiinţe.

Modelul utilizării funcţionale este foarte vechi. Potrivit lui, o ştiinţă îşi asumă rezultatele unei alte ştiinţe, punându-le la baza cercetărilor din propriul sector de interes, recunoscând validitatea metodei ştiinţifice a celeilalte. În acest caz deci, o ştiinţă se consultă cu cealaltă, fără ca una să abandoneze rolul ei de „informatoare” iar cealaltă pe cel de „ascultătoare”. Potrivit acestui model însă, cele două ştiinţe nu intră într-un autentic dialog, deoarece fiecare îşi acceptă definitiv rolul asumat din start.

Modelul dialogului interdisciplinar presupune ca cele două ştiinţe să îşi schimbe rolurile, fiecare devenind „ascultătoare” şi respectiv „informatoare”. Bineînţeles că există anumite condiţii fără de care nu se poate instaura un adevărat dialog interdisciplinar între teologie şi psihologie: în primul rând, atât teologul, cât şi psihologul, trebuie să renunţe la pretenţia că ştiinţa în care fiecare dintre ei este specialist constituie unica raportare ştiinţifică validă la realitate; în al doilea rând, specialiştii celor două ştiinţe trebuie să fie „bilingvi”, adică trebuie să vorbească şi să înţeleagă, pe lângă limbajul ştiinţific al propriei ştiinţe şi pe al celeilalte, cunoscându-i într-o anumită măsură metodologia ştiinţifică; în al treilea rând, cele două ştiinţe trebuie să aibă un teren comun de interes, în care să se întâlnească.

Terenul comun de interes atât al teologiei cât şi al psihologiei îl constituie **omul**, ambele fiind ştiinţe antropologice, chiar dacă teologia – precum am spus anticipat – este prin excelenţă o ştiinţă „teo-logică”.

Ceea ce le diferenţiază este, de fapt, metoda de cercetare proprie fiecăreia. Aceste ştiinţe vor rămâne permanent distincte, dacă fiecare îşi va păstra fidelitatea la propria metodă de cercetare.

Interrelaţiile pornesc de la faptul că, potrivit lui I. Moldovan, **caracterul ştiinţific al psihologiei** este determinat de mai mulţi factori, dintre care enumerăm: „caracterul empiric, faptul că studiază constantele şi variabilele psihologice, orientarea, originalitatea şi structura unei conduite, posibilitatea cuantificării unor date obţinute în cercetare; analiza lor matematico-statistică şi deducerea pe această bază, a unor reguli, legităţi sau constante.” ***(I. Moldovan, 2001, p. 26)***

Psihologia vieţii religioase îşi păstrează toate aceste însuşiri menţionate mai sus. Studiul său se orientează, cu precădere, asupra fenomenelor observabile pe care le explică (total sau parţial) şi le pune în legătură cu ansamblul vieţii subiective şi transformabile produse în ea. Viaţa religioasă constituie o latură sau o componentă esenţială a vieţii generale a omului. În funcţie de măsura sau nivelul trăirilor religioase, acestea se vor face simţite într-o mai mare sau mai mică măsură asupra vieţii psihice globale, conduitei şi atitudinilor persoanei.

Psihologia pastorală se mai intersectează cu **filosofia**, cu **antropologia culturală** în contextul în care Antoine Vergote (1985) sublinia că religia pentru el constituie atât **a) un fenomen cultural**; cât şi **b) un sistem simbolic**.

Totodată, afinităţile psihologiei pastorale pot fi legate şi de **pedagogie** în contextul în care, educaţia face „corp comun” în actul responsabil de formare a conştiinţei de sine, dar şi a personalităţii umane.

Capitolul 2

Metode de cercetare psihologică

2.1. „Metoda” – instrument spre cunoaşterea ştiinţifică
2.2. Metoda observaţiei
2.3. Metoda convorbirii
2.4. Metoda biografică
2.5. Metoda analizei produselor activităţii
2.6. Studiul de caz

2.1. „Metoda” – instrument spre cunoaşterea ştiinţifică

Etimologic, termenul de *metodă* provine din grecescul meth-odos = cale, drum către ceva. Orice metodă are o finalitate, este utilizată spre atingerea unui anumit scop. Potrivit lui A. Cosmovici ea este un program de acţiune, cu referire la o înlănţuire de noţiuni şi judecăţi, având o fibră raţional-logică, cu un obiectiv. ***(A. Cosmovici, 1996, p. 32)***

În schimb, după Popescu-Neveanu, prin metodă de cercetare înţelegem „calea, itinerarul, traseul, structura de ordine sau „programul” după care se reglează acţiunile intelectuale şi practice în vederea atingerii unui scop.” ***(Popescu-Neveanu, 1991, p. 16)***

Metodele au un caracter instrumental, de intervenţie, de informare, interpretare şi acţiune. După scop, ele pot fi de **recoltare a informaţiei**, de prelucrare şi interpretare a datelor culese, de **investigare** intensivă şi extensivă, de diagnoză şi prognoză şi de **cercetare**.

Urmărind secvenţa de **criteriu**, M. Zlate realizează o clasificare a **metodelor** pornind de la: a) **caracterul** lor (subiective şi obiective), b) **specificul relaţiilor investigate** (cantitative şi calitative), c) **natura relaţiei dintre cercetător şi subiect** (directe şi indirecte) d) **scopul** urmărit (de recoltare, prelucrare, investigare, diagnoză şi prognoze, cercetare şi aplicative). ***(M. Zlate, 2000, p. 42)***

Potrivit lui Popescu-Neveanu **metodele** sunt ghidate de concepţia generală a cercetătorului, de principiile teoretico-ştiinţifice de la care acesta porneşte, fiind reunite sub denumirea de **metodologia** cercetării. Fiecare orientare sau şcoală psihologică îşi are propria sa metodologie.

2.2. Metoda observaţiei

Considerată ca fiind una din cele mai uzuale metode de cercetare, **observaţia constă într-o urmărire intenţionată, atentă şi sistematică, a unor reacţii psihice,** cu scopul de a sesiza aspectele lor esenţiale.

A. Băban identifică „**scopurile** observaţiei ca fiind:

- a reflecta evenimente, acţiuni, norme şi valori;
- a descrie contextul şi persoanele observate pentru o mai bună înţelegere a ceea ce se întâmplă acolo;
- a contextualiza, social şi istoric, evenimentele observate, pentru a fi corect înţelese;
- a integra evenimentul studiat în viaţa socială;
- a permite înţelegerea fenomenului respectiv evitând utilizarea prematură a teoriei şi a conceptelor;
- a oferi un design de cercetare flexibil, care să permită o investigare deschisă spre aspectele neaşteptate şi neprevăzute.” ***(A. Băban, 2002, p. 83)***

Pentru N. Jurcău caracteristica esenţială a observaţiei este **caracterul său de noninterventie**; observatorul urmăreşte fluxul evenimentelor, dar nu intervine pentru a le modifica. Cu toate acestea, **observarea înseamnă şi activism, sistematizare şi repetiţie**, care toate necesită timp şi organizare, conform unui plan dinainte stabilit. ***(N. Jurcău, 2004)***

Observaţia îşi dovedeşte viabilitatea atunci când îndeplineşte anumite **condiţii** precum: ***(Popescu-Neveanu, 1991, p. 16)***

- stabilirea clară, precisă, a scopului, a obiectivului urmărit;
- selectarea formelor ce vor fi utilizate, a condiţiilor şi mijloacelor necesare;
- elaborarea unui plan riguros de observaţie;
- consemnarea imediată a celor observate, deoarece consemnarea ulterioară va fi deteriorată de uitare;
- efectuarea unui număr optim de observaţii;
- desfăşurarea ei în condiţii cât mai variate;
- garantarea unui grad maximal de discreţie.

În actul practic al aplicării metodei observaţiei, aceasta poate fi clasificată în funcţie de mai multe criterii. O abordare sistemică în acest sens, ne oferă E. Bonchiş, care decodifică observaţia după:

1) Orientarea actului observaţional, aceasta fiind a) **observaţia propriu-zisă,** îndreptată spre manifestările comportamentale ale altor persoane şi clasificarea informaţiilor primite; b) **auto-observaţia,** care este orientată spre propriul comportament, vizând cunoaşterea gândurilor, aspiraţiilor şi sentimentelor proprii, cu ajutorul jurnalelor, fişelor de monitorizare şi autoraportorului;

2) Focalizarea actului observaţional: a) **pe aspecte specifice, înguste,** înregistrarea rezultatelor

observaţiei făcându-se cu ajutorul unor grile de observaţie care au la bază studii amănunţite ale problemei studiate; b) **generală,** având mai mult un rol explorator pentru un fenomen nou sau necunoscut cercetătorului;

3) Prezenţa sau absenţa intenţiei de a observa: a) **ocazională**, lipsită de reguli, chiar întâmplătoare; b) **sistematică sau structurată,** având la bază unele reguli stabilite anterior;

4) Prezenţa sau absenţa observatorului: a) **directă** (observatorul este prezent fizic, iar subiecţii conştientizează acest lucru); b) **cu observator ignorat** (este prezent fizic, dar ignorat de subiecţi; intră în această categorie mai ales observaţiile naturale, iar în activitatea cu subiecţi-copii, este evidentă şi utilizată frecvent); c) **indirectă sau cu observator ascuns,** când observatorul nu are contact direct cu subiectul observat (draperii, oglinzi unidirecţionale, camere de luat vederi). ***(E. Bonchiş, 2006, p. 422)***

Un loc aparte în cadrul **observaţiei** îl ocupă cea efectuată: a) **sistematic,** deoarece permite studierea comportamentului care se produce spontan în condiţii normale sau de laborator; în acest segment se pot crea şi situaţii specifice în vederea provocării unui comportament urmat; b) **naturală**, care impune o descriere plină de acurateţe a faptelor, cât şi o interpretare obiectivă a lor, fără a porni de la ipoteze dinainte stabilite.

Celor prezentate anterior, Popescu-Neveanu le mai adaugă câteva, clasificând observaţia şi după:

5) Durata observaţiei, ea fiind la rândul ei: a) **continuă**, efectuată pe o perioadă mai mare de timp; b), **discontinuă,** prezentă pe unităţi de timp mai mici şi la intervale diferite;

6) Obiectivele urmărite: a) **integrală,** ţintind spre surprinderea tuturor sau a cât mai multor manifestări de conduită; b) **selectivă,** întrucât se concentrează doar asupra unei singure conduite. ***(Popescu-Neveanu, 1991)***

Ca orice metodă de cercetare viabilă, şi **observaţia** are avantaje şi dezavantaje în aplicare. Astfel, există situaţii, momente, limite, în care ea nu constituie cea mai bună alegere făcută, fiind necesară regăsirea obiectivului şi alegerea altei metode de lucru.

De aceea este necesar ca un bun practician să ştie care sunt argumentele **pro** şi **contra** metodei observaţiei care, după E. Bonchiş se prezintă astfel:

A) Avantajele observaţiei ar fi: este o metodă mai puţin intruzivă; are caracter flexibil, permiţând o nouă perspectivă asupra unor fenomene studiate anterior; furnizează date bogate într-o perioadă scurtă de timp; are o mare validitate ecologică (datele sunt luate din viaţa reală, nu sunt schimbate cu nimic); observatorul nu lucrează cu categorii teoretice prestabilite, ci el este acela care construieşte teoriile, legând diferitele categorii relaţionale; permite accesul în fenomene care sunt şi mai puţin evidente prin alte tehnici; poate fi replicată (repetată).

B) Limitele metodei observaţiei ar fi: „dificultatea de a controla toate variabilele implicate în fenomenul investigat (există variabile perturbatoare); dacă prima verigă de cercetare (identificarea exactă a obiectivului avut în vizor) nu este bine formulată, ea poate duce la urmărirea unor aspecte irelevante sau chiar greşite; categoria de subiecţi poate fi incorect aleasă; este o metodă costisitoare financiar, şi epuizantă sub aspectul a timpului şi a personalului calificat necesar; gradul de obiectivitate este greu de controlat, înregistrările fiind influenţate de subiectivismul

evaluatorului; calitatea rezultatelor obţinute prin metoda observaţiei depinde de experienţa şi abilitatea observatorului.” ***(E. Bonchiş, 2006, p. 428)***

2.3. Metoda convorbirii

Ca metodă de cercetare, **metoda convorbirii** constă într-o discuţie aranjată, premeditată, care-şi propune obţinerea anumitor date cu privire la o anumită persoană, desfăşurându-se între cercetător şi subiectul investigat (persoana în cauză). Această **convorbire** poate fi: a) **liberă, spontană**, în care întrebările nu sunt formulate dinainte; sau b) **standardizată, dirijată**, în care avem întrebările formulate anterior, ele nemaiputând a fi modificate în timpul convorbirii.

Făcând referire la rigoarea folosirii metodei **conversaţiei**, P. Popescu-Neveanu pleacă de la faptul că aceasta presupune:

- relaţia directă, de tipul faţă către faţă, între cercetător şi subiect;
- schimbarea locului şi a rolurilor partenerilor (cel care a întrebat poate să şi răspundă, dar şi cel care a răspuns poate să şi întrebe);
- sinceritatea deplină a subiectului, evitarea răspunsurilor incomplete, de faţadă, a celor care tind a-l pune într-o lumină favorabilă, a deformărilor voluntare;
- existenţa la subiect a unei oarecare capacităţi de introspectare şi autoanaliză, evaluare şi autodezvăluire;
- abilitatea cercetătorului de a realiza o anumită motivare a subiecţilor, angajarea lor în convorbire;
- prezenţa la cercetător a unor capacităţi de tipul: grad crescut de sociabilitate, empatie

(transpunerea în stările psihice ale subiectului, postarea pe poziţiile acestuia pentru a-i intui reacţiile, a-l înţelege mai bine) etc. ***(P. Popescu-Neveanu, 1991)***

Este interesant de observat faptul că metoda convorbirii este cea care permite **sondarea directă a vieţii interioare a subiectului**, a intenţiilor ce stau la baza comportamentului, a opiniilor, atitudinilor, intereselor, convingerilor, aspiraţiilor, conflictelor, prejudecăţilor şi mentalităţilor, sentimentelor şi valorilor celui investigat.

A. Cosmovici subliniază faptul că o preocupare constantă în momentul folosirii acestei metode trebuie să fie **menţinerea interesului subiectului**, a colaborării sale, fapt ce impune o urmărire a subiectului cu atenţie, aprobându-l din când în când, o apreciere verbală a sincerităţii interlocutorului, având totodată precauţia de a nu-l critica, deoarece s-ar putea declanşa imediat reacţia de apărare.

În acelaşi context, o atenţie deosebită trebuie s-o acordăm „**înlăturării tuturor factorilor stresori ce pot interveni în perimetrul comunicării cu subiectul**, începând în unele cazuri cu eliminarea elementelor de emotivitate. Astfel, nu vom „ataca direct” problema în cauză ci, la începutul convorbirii, vom plasa discuţia în jurul unor fapte ori date mai puţin importante, urmând ca „esenţa” să intervină mai târziu, când interlocutorul se va fi acomodat deja cu situaţia creată.” ***(A. Cosmovici, 1996, p. 25)***

O atenţie sporită din partea noastră trebuie conferită faptului de a nu sugestiona răspunsurile subiectului prin felul în care am formulat întrebările, deoarece, în asemenea situaţii, validitatea ca metodă de cercetare ştiinţifică este compromisă. Datorită faptului că răspunsurile subiectului trebuie înregistrate sau

notate, nu toţi subiecţii doresc ca acest procedeu să fie folosit în cazul lor.

Totodată, pentru că nu ridică probleme, interpretarea rezultatelor convorbirii nu este complicată dacă ea a fost bine pregătită şi bine realizată, deşi uneori răzbat din inconştient reflecţii ce pot fi interpretate în multiple feluri.

2.4. Metoda biografică

Având tot caracter de cunoaştere, **metoda biografică** urmăreşte dobândirea de cât mai multe informaţii despre trecutul unei persoane, despre istoria sa, dar făcând trimiteri la actualul mod de existenţă, toate fiind necesare în stabilirea şi realizarea profilului de personalitate a subiectului în cauză. La nivel medical, vorbim despre **anamneză** ca modalitate de reconstituire a istoriei unei boli.

Metoda biografică pleacă în primul rând de la studiul trecutului, fiindcă „în primii ani ai vieţii, în familie, se pun bazele caracterului şi ale personalităţii unui om. Aici găsim cauzele primare ale comportamentului din perioada matură; firul vieţii psihice concrete, desfăşurat de-a lungul anilor, ne dezvăluie motivele, interesele şi aspiraţiile reale. Apoi, examinând modul concret de reacţie al cuiva în condiţiile vieţii obişnuite, ajungem la o imagine corectă asupra specificului său, nedistorsionat de ambianţa artificială a unui examen psihologic.” ***(A. Cosmovici, 1996, p. 26)***

În cadrul aplicării acestei metode, sarcina noastră principală este aceea de obţinere a **informaţiei**, făcută fie **direct** (prin discuţia avută cu persoana în cauză), fie **indirect** (graţie discuţiilor ce se vor purta cu

alte persoane care deţin, la rândul lor, informaţii utile nouă, despre subiectul aflat în studiu).

Totodată, **metoda biografică** compartimentează două secvenţe, şi anume: a) **culegerea datelor** (ce presupune, de fapt, „locul de întâlnire” al mai multor metode specifice, cum ar fi: convorbirea, analiza unor documente privind persoana în cauză, analiza unor produse realizate) şi b) **interpretarea datelor culese** (proces destul de dificil, foarte important mai ales în cadrul anamnezei, deoarece precizează în timp o serie de situaţii şi relaţii care sunt definitorii în formarea personalităţii, cu precădere a caracterului).

Nu lipsit de importanţă este modul de abordare a **istoriei vieţii** ca variantă a metodei biografice. Metoda se bazează pe existenţa unei interacţiuni între modul în care o persoană îşi înţelege propria viaţă şi realitate. „Istoria de viaţă” subliniază gândurile, sentimentele, interacţiunile sociale, atitudinile, concepţia despre lume şi viaţă a persoanei. Această metodă este utilă şi în înţelegerea bolii de către pacient, dând acestuia impresia unui control asupra ei. Totodată, metoda are şi o valoare terapeutică, permiţând menţinerea imaginii identităţii personale, dar şi reconstruirea acesteia. ***(A. Băban, 2002)***

În schimb, **metoda biografică,** deşi prezintă avantajul autenticităţii datelor, nu poate elimina riscul deformării, al relatării incomplete.

Metoda aceasta are evidente similitudini cu practica spovedaniei din confesiunile ortodoxă şi catolică. Ritualul spovedaniei (sau al „confesiunii”, cum se mai numeşte) presupune o mărturisire deliberată a propriului trecut, cu accent pe evenimentele care „apasă sufletul”, făcute de un credincios în faţa preotului, ca „reprezentant” al lui Dumnezeu.

Cunoaşterea acestei metode de investigaţie psihologică de către preot îl poate ajuta pe acesta spre a

„fotografia” cu mai multă competenţă, fidelitate şi sensibilitate fiecare caz în parte, reuşind apoi să intuiască mai bine soluţiile terapeutice ideale pentru detensionarea emotivă a credinciosului. Astfel va fi şi mai mult facilitată acţiunea binefăcătoare a harului divin, credinciosul dobândind relaxarea pe care a urmărit-o atunci când a solicitat săvârşirea respectivului sacrament („Taină”).

2.5. Metoda analizei produselor activităţii

Bazată pe analiza unor produse concrete ale subiectului (literare, artistice, muzicale etc.), **metoda** în sine furnizează, din punct de vedere psihologic, foarte multe informaţii despre însuşirile psihice ale persoanei în cauză. P. Popescu-Neveanu menţiona faptul că produsul activităţii, „desprins” de individ, devine obiect de investigaţie psihologică, fapt care ajută la caracterizarea creatorului său. ***(P. Neveanu-Popescu, 1991)***

De asemenea, potrivit lui E. Lupşa şi V. Bratu, „**metoda analizei produselor activităţii** utilizează criterii ca: a) numărul sau cantitatea totală de produse; b) distribuţia şi frecvenţa în unitatea de timp considerată; c) originalitatea şi complexitatea; d) noutatea; e) valoarea şi utilitatea, ea permiţând dezvăluirea structurii interne a aptitudinilor şi formularea de idei şi legităţi cu caracter ştiinţific general pentru psihicul uman.” ***(E. Lupşa – V. Bratu, 2005, p. 9)***

2.6. Studiul de caz

Referitor la **studiul de caz**, ne vom opri asupra definiţiei lui R. Yin, care-l defineşte drept **o investigaţie empirică** prin care se studiază un fenomen contemporan în contextul său din viaţa reală, în special atunci când

graniţele dintre fenomen şi context nu sunt bine delimitate.

R. Yin vorbeşte despre existenţa a şase surse majore pentru dovezi: 1) **documentele** (scrisori, memoriale, programe, anunţuri, procese-verbale, rapoarte scrise, documente administrative, articole din mass-media etc.); 2) **datele de arhivă** (registre, documente organizaţionale, hărţi, grafice, liste de nume, date de sondaj, documente personale); 3) **interviurile;** 4) **observaţia directă;** 5) **observaţia participativă;** 6) **artefactele fizice sau culturale** (dispozitiv tehnologic, instrument, operă de artă etc.); ***(R. Yin, 2005)***

Prin structura sa, studiul de caz face prezentarea unui caz particular, de aceea, **protocolul** întocmirii sale, cuprinde, potrivit lui E. Bonchiş: a) o prezentare de ansamblu a proiectului de studiu (obiective, subiecte de studiu şi lecturi relevante); b) proceduri de teren (prezentarea scrisorilor de recomandare, accesul la locaţii, surse generale de informare); c) întrebările de studiu (pe care cercetătorul trebuie să le aibă constant în vedere în timp ce adună informaţiile); d) un ghid pentru raportul studiului de caz (linii generale, formatul pentru date, folosirea şi prezentarea altor documente şi informaţii bibliografice). ***(E. Bonchiş, 2006, p. 432)***

Studiul de caz este benefic atunci când se pot surprinde sub o formă sau alta anumite evenimente sau fenomene contemporane, implicând o analiză conceptuală. **Situaţia** este „momentul” în care se dezvoltă, în complexitatea sa, **studiul de caz**.

E. Bonchiş îi reproşează acestei metode de investigare psihologică lipsa de rigoare, faptul că oferă o bază insuficientă pentru generalizare, întinderea mare în timp şi finalizarea prin documente voluminoase.

Capitolul 3

Cunoaşterea personalităţii umane

3.1. Personalitatea umană – concept structural
3.2. Aspecte ale tipologiei umane
3.3. Particularităţile de vârstă. Identităţi

3.1. Personalitatea umană – concept structural

În *Dicţionarul de Psihologie,* Popescu-Neveanu defineşte **personalitatea** ca pe un microsistem al invarianţilor informaţionali şi operaţionali care se exprimă constant în conduită şi sunt definitorii sau caracteristici pentru subiectul văzut ca o unitate bio-psiho-socio-culturală, purtător al funcţiilor epistemice, pragmatice şi axiologice.

Dicţionarul de Psihologie (Larousse – N. Sillamy, 1996), consideră **personalitatea elementul stabil al conduitei unei persoane,** ceea ce o caracterizează şi o diferenţiază de o altă persoană.

Personalitatea, care este întotdeauna unică şi originală, poate fi definită numai în funcţie de: apartenenţa la speţa umană; calitatea ei de fiinţă socială şi, deci, de membru al societăţii; calitatea de fiinţă conştientă dotată cu gândire şi voinţă; participarea la cultură, dotarea cu valori şi orientarea după aceste valori; potenţialul creativităţii, astfel încât să se raporteze la un sistem bio-psiho-socio-cultural bine constituit.

În viziunea lui Al. Roşca **personalitatea** reprezintă îmbinarea non-repetitivă a însuşirilor psihice care caracterizează mai pregnant şi cu un mai mare grad de stabilitate omul concret şi modalităţile sale de conduită,

astfel încât ea se identifică cu subiectul uman concret, ca obiect al acţiunii cunoaşterii şi valorizării propriei fiinţe şi a mediului în care trăieşte. ***(Al. Roşca, 1976)***

Privind terminologia ce desemnează fiinţa umană în integralitatea sa, este necesar să subliniem faptul că alături de **personalitate** apar termeni ca: a) **individ** (unitate distinctă a unei specii); b) **individualitate** (ansamblul particularităţilor proprii unui individ, care îl deosebeşte de ceilalţi indivizi); c) **persoană** (concept plurivalent care desemnează natura umană într-o concretizare specială; în teologie conceptul este opus celui de „individ”, caracterizându-se în special prin prezenţa vocaţiei spre comuniune, spre inter-relaţionare pozitivă).

Continuând periplul conceptual al **personalităţii**, G. W. Allport ajunge a o denumi drept „organizarea dinamică în cadrul individului a acelor sisteme psiho-fizice care determină gândirea şi comportamentul său caracteristic”, menţionând la un moment dat că „toată lumea ştie ce este personalitatea, dar nimeni nu poate să o descrie”.

Astfel, G. W. Allport grupează definiţiile personalităţii în „**definiţii prin efectul extern (1),** potrivit cărora personalitatea este **suma totală a efectului produs de un individ asupra societăţii** („ce cred alţii despre tine”) şi **definiţii prin structura internă (2)** (care privesc personalitatea ca o entitate obiectivă, cu propria sa istorie şi propria sa existenţă).” ***(G. W. Allport, 1981, p. 94)***

Cuprinzătoare este definiţia dată de Y. Benito **personalităţii**, care consideră că termenul face referire la organizarea relativ stabilă a acelor caracteristici structurale şi funcţionale, înnăscute şi dobândite prin condiţii speciale ale dezvoltării, ce **adaptează**

comportamentul fiecărui individ în diferite situaţii. ***(Y. Benito, 2003)***

Acesteia i se adaugă o nouă şi pertinentă definiţie, potrivit căreia **personalitatea** este „un sistem structurat şi ierarhizat, dinamic şi evolutiv, constituit dintr-o serie de subsisteme (biologic, psihic, socio-cultural), care asigură individului o adaptare unică, originală, la mediu. Fiind un **macro-sistem**, personalitatea capătă caracteristici distincte derivate din abordarea sistemică: autoorganizare, emergenţă, reorganizare, tranziţie, reactivitate, stabilitate etc.” ***(E. Bonchiş – S. Trip – M. Drugaş – C. Dindelegan, 2006, p. 11)***

J. Piaget J vorbeşte despre trei însuşiri ale structurii personalităţii: **totalitatea** (nici un fapt psihic nu poate fi descris ca străin sau petrecându-se în afara personalităţii); **transformarea** (personalitatea este într-o continuă şi necesară transformare); **reglajul** (personalitatea este supusă în permanenţă unei continue determinări exterioare). ***(J. Piaget, 1971)***

Inevitabil vom ajunge la S. Freud care, prin modelul său psihanalitic, reprezintă şi astăzi un punct de referinţă în cunoaşterea personalităţii umane. El a constatat că psihicul uman are o organizare etajată (inconştient – preconştient – conştient), definind: 1) **inconştientul** ca nivelul cel mai profund al psihicului, neaccesibil direct, constituind totodată sediul instinctelor sexuale, al agresivităţii şi dorinţelor şi actelor refulate etc.); 2) **preconştientul** (sediul deprinderilor date şi al informaţiilor care, deşi nu sunt conştiente, pot fi activate la un moment dat, în funcţie de necesităţile concrete); 3) **conştientul** (suprafaţa psihicului nostru constituit dintr-un flux continuu de informaţii şi trăiri emoţionale, având un rol important în modul specific de a fi al fiinţei umane).

Practic, cele trei niveluri ale psihicului uman, vor deveni, mult mai târziu, tot în viziunea lui Freud, cele trei **instanţe ale psihicului uman: Sine – Eu – Supraeu** sau **Id-ul – Eul – Supereul** (**Id-ul** = tendinţele instinctive, nevoile şi emoţiile; **Eu-l** = contactul cu lumea externă; **Supra-eul** = cel care interiorizează normele etico-morale).

Pentru G. Ionescu aceste trei instanţe ale personalităţii, deşi au funcţii proprii, principii operante şi mecanisme particulare, cel puţin în situaţii normale nu acţionează divergent şi dezorganizat, ci într-o interdependenţă şi completare funcţională dialectică, în virtutea aceluiaşi deziderat adecvat-adaptativ al persoanei umane. ***(G. Ionescu, 1973)***

1) **Id-ul**, aşa cum menţiona însuşi Freud, este „o realitate psihică adecvată” care nu are însă conştiinţa realităţii obiective, fiind şi rezervorul energiei psihice, exponent al lumii interioare şi al experienţei subiective, are rolul de a reduce tensiunea, asigurând astfel echilibrul, liniştea şi persistenţa organismului;

2) **Ego-ul** operează cu ajutorul procesului secundar întruchipat de gândirea realistă, având în subordinea sa funcţiile mentale, cognitive şi intelectuale. El este **executorul personalităţii** întrucât detectează căile de acţiune, cercetează posibilităţile ambianţei, testează modalităţile de răspuns, apreciază gradul şi maniera în care tendinţele instinctiv-hedoniste ale individului vor fi îndeplinite;

3) **Superego-ul** constituie expresia existenţei individului în mediul social, fiind purtătorul normelor etico-morale şi al regulilor de convieţuire socială, avându-şi originea tot în Id, dar dezvoltându-se în interrelaţia ocazionată de experienţele Ego-ului în cadrul personalităţii.

Superego-ul călăuzeşte insul pe **căile lipsite de pericole şi surprize ale circumspecţiei şi prudenţei.** Armă morală a personalităţii, el reprezintă mai degrabă idealul decât realul şi, în virtutea acestui fapt, el caută să încorporeze insului, modele, „ideile" din realitate, prin mecanismul de „introiecţie”. Prin rolul şi statutul său bine definit, Superego-ul refulează impulsurile Id-ului, atunci când acestea sunt de natură instinctivo-afectivă sau agresivă, obligă Ego-ul la substituţia scopurilor realiste, a scopurilor moraliste şi împinge Ego-ul spre perfecţiune şi sublim.

Constantin Rădulescu-Motru sesiza: „**Personalitatea** se cristalizează în jurul Eu-lui, dar în afară de Eu există şi alte elemente sufleteşti. Eu-l este licărirea de fulgere care dezvăluie încotro merge anticiparea sufletului. Personalitatea este maşinăria solidă care mijeşte realizarea anticipaţiei. Eu-l trăieşte în clipita actualităţii, personalitatea sub arcada trecutului. Unul este momentul, celălalt este vectorul forţei”. ***(Constantin Rădulescu Motru, 1994)***

Sfera semantică complexă a conceptului de „personalitate umană” ne permite să vorbim de tipologie, de caracter şi trăsături de caracter, de aptitudine şi creativitate etc. În demersul nostru cognitiv vom puncta **caracterul**, definit de P. Popescu-Neveanu astfel: a) **în sens larg,** ca un mod de a fi, un ansamblu de particularităţi psiho-individuale ce apar ca trăsături ale unui „portret” psihic global; b) **în sens restrâns şi specific,** el reuneşte însuşiri sau particularităţi privind relaţiile pe care le întreţine subiectul cu lumea şi cu valorile după care el se călăuzeşte, fiind un subsistem relaţional-valoric şi de autoreglaj. ***(P. Popescu-Neveanu, 1991, p. 33)***

Concis, **caracterul** este o formaţiune superioară la structurarea căruia contribuie trebuinţele umane,

motivele, sentimentele superioare, convingerile morale, aspiraţiile şi idealul, în ultimă instanţă, concepţia despre lume şi viaţă a acestuia. În acest context, **trăsăturile de caracter** reprezintă poziţii ale subiectului faţă de cei din jur, un mod de a se raporta la oameni şi la evenimentele existenţei sale în lume, ele conturând portretul psiho-moral al persoanei.

Trăsătura de caracter

Referindu-se la **trăsătură**, M. Hansenne enumeră şapte dintre cerinţele de bază ale acesteia: 1. să fie clar definită; 2. să fie mai mult decât o habitudine; 3. să fie observabilă; 4. existenţa ei să poată fi demonstrată empiric; 5. să interacţioneze cu alte trăsături; 6. să fie distribuită normal într-o populaţie; 7. să asigure consistenţă comportamentului unei persoane. ***(M. Hansenne, 2003)***

Toate acestea converg spre ceea ce subliniază E. Bonchiş, M. Drugaş, S. Trip, C. Dindelegan, referitor la **trăsăturile** şi **atitudinile** care alcătuiesc **caracterul**: 1. se manifestă relativ constant; 2. sunt stabilizate, generalizate; 3. includ elemente cognitive, volitive, afective, acestea din urmă conferindu-le şi caracteristica bipolarităţii (pozitive-negative); 4. sunt asociate cu aprecieri, valori; 5. se formează de-a lungul întregii vieţi, fiind puternic influenţate de învăţare, de experienţă individuală, de modele culturale etc.; sunt organizate ierarhic în trăsături-atitudini supra şi subordonate.

Este necesară „nuanţarea clară a distincţiei dintre o **trăsătură de caracter** şi o **atitudine**, aceasta din urmă fiind o modalitate de raportare la o clasă generală de obiecte sau fenomene, prin care persoana se orientează subiectiv şi se autoreglează preferenţial.” ***(E. Bonchiş – M. Drugaş – S. Trip – C. Dindelegan, 2006, p. 169)***

Remarcăm în acelaşi segment al identificării corecte a caracterului, **portretul caracterial** realizat de E. Lupşa şi V. Bratu, care presupune precizarea unor **caracteristici** precum:

1) **unitatea caracterului** = se referă la faptul de a nu modifica, în mod esenţial, conduita, din motive de circumstanţe;

2) **expresivitatea caracterului** = se referă la nota specifică pe care i-o imprimă trăsăturile dominante;

3) **originalitatea caracterului** = se referă la coerenţa lăuntrică ce rezultă din modul unic de armonizare a trăsăturilor cardinale cu cele principale şi cele secundare;

4) **bogăţia caracterului** = este dată de multitudinea relaţiilor pe care persoana le stabileşte cu semenii;

5) **statornicia caracterului** = se referă la manifestarea constantă în conduită a trăsăturilor caracteristice;

6) **plasticitatea caracterului** = capacitatea de restructurare, de evoluţie în raport cu noile cerinţe;

7) **tăria de caracter** = forţa cu care sistemul caracterial îşi apără unicitatea.

Caracterul fiind expresia esenţializată a întregului sistem al personalităţii va reuşi să influenţeze „întreg conglomeratul”, dând sau oferind un **sens** sau altul acţiunilor noastre, de-a lungul întregii vieţi. ***(E. Lupşa – V. Bratu, 2005, p. 74)***

3.2. Aspecte ale tipologiei umane

După N. Sillamy, **tipologia** reprezintă studiul caracterelor fizice şi mentale ale fiinţelor umane, clasate într-un anumit număr de tipuri. Există astfel tipologii care se bazează pe: a) studiul organizării specifice

corpului, utilizând măsurătorile morfologice şi datele fiziologice; b) conduite şi atitudini faţă de lume.

O altă tipologie ia în evidenţă 1) **Planul valorilor socio-culturale** (cei care caută puterea politică şi economică; cei pasionaţi de idei; cei ce se devotează semenilor; cei ce vor să unifice lumea şi pe oameni); 2) **Planul politic** (tipul radical, care doreşte schimbarea sistemelor stabilite; tipul conservator); 3) **Planul medical** (hiper-activii (tipul A) întotdeauna zoriţi, nerăbdători, ambiţioşi; placizii (tipul B), destinşi, aşezaţi). ***(N. Sillamy, 2006)***

Enumerarea tipologică având **un anumit punct caracteristic** nu este nicidecum exhaustivă. Astfel, cea mai „vehiculată” tipologie vizează compartimentul dinamico-energetic, adică **temperamentul**, cu caracter înnăscut, care structurează din punct de vedere formal conduita umană şi care reprezintă o sinteză a diferitelor grupuri ale: **forţei, mobilităţii** şi **echilibrului**;

Forţa (1) reprezintă energia, capacitatea de lucru şi surprinde: a) **tipul puternic** (care suportă tensiunea psihică, este ferm, stăpân pe sine, energic în executarea acţiunilor) şi b) **tipul slab** (care nu rezistă la efort, uneori este temător, nesigur, irascibil, sensibil, emotiv).

Mobilitatea (2) vizează rapiditatea de înlocuire reciprocă a excitaţiei cu inhibiţia şi surprinde: a) **tipul mobil** (care trece uşor de la o formă de lucru la alta, îşi formează rapid noile deprinderi, le modifică şi le înlocuieşte pe cele vechi, ia decizii rapide, are iniţiativă; b) **tipul inert** (care suportă greu variaţiile în succesiunea activităţilor, schimbărilor şi vitezelor mari, surprizele, îşi formează greu noile deprinderi, mişcările îi sunt lente; preferă activităţi tipice şi fără variabilitate).

Echilibrul (3) se produce între excitaţie şi inhibiţie şi reprezintă cantitatea de energie mobilizată:

a) **de tipul excitat** (neechilibrat, cu energie tumultuoasă, agresiv, irascibil, nechibzuit); b) de **tipul normal** (mişcări proporţionale cu solicitările, directe şi suficient de rapide, vorbire echilibrată şi expresivă); c) **tipul inhibat** (se concentrează greu, oboseşte repede, învaţă încet).

Pornind de la aceste considerente, putem (pe urmele lui Hipocrate), delimita cele patru tipuri temperamentale astfel:

1) **Coleric = puternic – mobil - neechilibrat** (se caracterizează prin reacţii emoţionale puternice şi reactivitate motorie accentuată; este impulsiv şi uneori chiar violent, agresiv; face risipă de energie, reuşind însă să-şi dovedească rapid capacităţile; este inconstant în relaţiile cu ceilalţi; se exprimă puţin obiectiv, având înclinaţii spre exagerare);

2) **Sangvinic = puternic – mobil - echilibrat** (este vioi, vesel, bine dispus; trece rapid de la o trăire afectivă la alta; se adaptează rapid, reuşind să se stăpânească relativ uşor, ceea ce îi permite stabilirea rapidă de relaţii sociale; se caracterizează printr-o abundenţă a expresiei verbale, fiind o fire comunicativă; ia uşor decizii, simţind nevoia variaţiei situaţiilor).

3) **Flegmatic = puternic – inert - echilibrat** (este calm, imperturbabil, chiar lent; se caracterizează prin echilibru emoţional, fiind puţin reactiv din acest punct de vedere, dar cu sentimente durabile; excelează în răbdare şi toleranţă; se adaptează mai greu şi trece cu o oarecare dificultate de la o activitate la alta; este meticulos, înclinat spre rutină);

4) **Melancolic = slab – mobil / inert - neechilibrat** (este emotiv şi sensibil, având dificultăţi de adaptare; are o capacitate de lucru redusă, dar obţine un randament progresiv; este înclinat spre reverie şi interiorizare; e puternic afectat de insuccese;

compensează insuccesele prin închidere în sine; este capabil de activităţi de migală).

I. P. Pavlov stabileşte, pe baza studiilor de laborator, existenţa unei **corespondenţe între tipurile de activitate nervoasă inferioară şi tipurile temperamentale**:

1) tipul puternic, neechilibrat, excitabil = **colericul**

2) tipul puternic, echilibrat, mobil = **sangvinicul**

3) tipul puternic, echilibrat, lent **= flegmaticul**

4) tipul slab = **melancolicul**

C. G. Jung porneşte de la contradicţii bipolare (de tipul: zi-noapte, flux-reflux, naştere-moarte, inspiraţie-expiraţie) pentru a ajunge să distingă:

a) **tipul extravertit** = orientat spre exterior, spre cunoaşterea lumii externe, evitând singurătatea; este sociabil, agreat de comunitate, animator, cu mari calităţi de lider;

b) **tipul introvertit** = inapt pentru dezvoltarea unor relaţii sociale, slab adaptat la realitate, evitând lumea, complăcându-se în singurătate; este uneori egoist şi bizar, găsind în sine ceea ce extrovertitul găseşte în ceilalţi;

Există şi o tipologie în funcţie de **rezonanţa afectivă**: a) **tipul extra-tensiv** (caracterizat printr-o extraordinară facilitate de realizare a unei legături interpersonale, dar şi prin labilitate, instabilitate, renunţare); b) **tipul intro-tensiv** (se caracterizează printr-o oarecare rigiditate, fermitate, discreţie); c) **tipul coartat** (retractat, cu o slabă energie instinctivă); d) **tipul ambiegal** (fire ambivalentă).

O altă tipologie temperamentală se coagulează în jurul altor parametri: a) **emotivitatea** (reacţiile de ordin afectiv; unele persoane sunt emotive, altele non-emotive); b) **activismul** (predispoziţia unor persoane

spre acţiune, în timp ce altele renunţă cu uşurinţă); c) **ecoul** („amprenta” pe care evenimentul de viaţă o lasă asupra unor persoane. Unele se caracterizează prin **primaritate**, respectiv preocupare pentru prezent, superficialitate, optimism, ceea ce denotă un ecou slab asupra lor al evenimentelor negative, şi **secundaritate**, respectiv persoane la care evenimentele au un ecou puternic, influenţând aproape paralizant prezentul şi viitorul).

Astfel, pe baza acestor parametri,identificăm opt tipuri de temperamente:

1) **pasionaţii** = emotivitate – activism - secundaritate;
2) **colericii** = emotivitate - activism - primaritate;
3) **sentimentalii =** emotivitate - non-activism - secundaritate;
4) **nervoşii** = emotivitate - non-activism - primaritate;
5) **flegmaticii** = nonemotivi – activism - secundaritate;
6) **sangvinicii** = non-emotivi-activism-primaritate;
7) **apaticii** = non-emotivi - non-activism - secundaritate;
8) **amorfii** = non-emotivi - non-activism - primaritate;

O altă tipologie este cea realizată în funcţie de **stilul cognitiv,** care clasifică oamenii în **adaptativi** şi **inovativi**. Această clasificare se referă la stilul cognitiv implicat în **creativitate** (generarea noului), **rezolvarea problemelor** (soluţionarea noului) şi **adoptarea deciziei.** Astfel,

a) **Adaptativul** realizează progresul, schimbarea; păstrează paradigma, consolidând-o îmbunătăţind-o; se mişcă doar în interiorul paradigmei

(*status-quo*-ul existent, acceptat, verificat); se angajează pentru perfecţionarea datelor existente („a proceda mai bine”); în caz de nevoie, adoptă din mers paradigma; este eficient în situaţiile de stabilitate; nu optează întotdeauna pentru o transformare capitală şi simulată; realizează schimbarea prin evoluţie;

b) **Inovatorul** atacă paradigma, restructurând-o, înlocuind-o sau chiar părăsind-o, pentru a face alte incursiuni; obsesia lui este de „a proceda altfel”; este abil în utilizarea normelor existente, dar preferă să le sfarme; practică o schimbare de tip „revoluţie”.

Din perspectiva **atitudinii faţă de problema** primită spre rezolvare:

a) **Adaptativii** preferă situaţii bine stabilite şi structurate, fiind preocupaţi de rezolvarea problemei; au tendinţa să accepte problema aşa cum le este prezentată; preferă să avanseze puţine idei de rezolvare; ideile lor sunt rezonabil ancorate în realitate, fără riscuri, dar cu eficienţă imediată şi eficientă; se bucură de încrederea colectivului; sunt excelenţi în includerea de noi date sau evenimente în structurile deja existente; rezolvă problema prin îmbunătăţiri şi eficienţă sporită.

b) **Inovativii** redefinesc situaţiile ambigue, instabile, mai puţin structurate; sunt descoperitori de probleme; fac risipă de variante la o problemă; ideile lor sunt mai puţin bizare, dar inacceptabile şi au bătaie lungă; nu se bucură de încrederea colectivului; dacă ideea dă greş, opinia publică are sentimentul că acest lucru era previzibil; stabilesc noi structuri sau strategii; fac saltul direct la soluţii.

Diferenţele preponderent **structurate** de personalitate relevă:

a) **Adaptativii,** ca oameni de o mare eficienţă, se definesc prin: precizie, exactitate, soliditate, prudenţă, spirit metodic, disciplină, conformitate, logici

normative; ei acceptă regulamentele, sunt dependenţi de ele şi inspiră încredere; în colaborare cu inovativii conferă stabilitate, ordine, continuitate, coeziune şi cooperare în grup, fiind în general sensibili la ceilalţi oameni.

b) **Inovativii** sunt mai puţin eficienţi, dar mai originali. Sunt indisciplinaţi, abrazivi, surse de dezacorduri, schimbă regulile, sunt ilogici, nepractici, având respect redus pentru tradiţie. Îi şochează pe oponenţi, sunt capabili de muncă de rutină şi de detaliu foarte scurt timp; nu acordă atenţie opiniei unanime a grupului. În colaborare cu adaptativii, reprezintă factorul dinamic în momentele periodice de schimbare radicală.

Percepţia reciprocă adaptativi – inovativi

Adaptativii sunt consideraţi de inovativi ca: stabili, conformişti, prudenţi, previzibili, inflexibili, păstrători ai sistemului şi intoleranţi faţă de situaţii ambigue, pe când **inovativii** sunt văzuţi de adaptativi ca: plini de farmec, impresionanţi, nestabili, fără spirit practic, asumându-şi riscuri, incomozi, persoane care perturbă sistemul existent şi creează dezacorduri.

Iată câţiva factori de referinţă în **stilul cognitiv adaptativ – inovativ:** intro/extro-versiunea (inovativii sunt îndeobşte extrovertiţi); controlul impulsului (mai prezenţi la adaptativi); nevoia de structură (adaptativi); asumarea riscului (inovativi); căutarea de senzaţii (inovativi); sexul (bărbaţii sunt oarecum mai inovativi);

Conchidem împreună cu M. Zlate că, dintre toate dimensiunile personalităţii, **temperamentul** este cel mai uşor de observat, de identificat şi de „cuantificat”. Dacă îl raportăm la celelalte dimensiuni ale personalităţii, la aptitudini şi la caracter, temperamentul exprimă mai degrabă **forma vieţii psihice şi nu conţinutul acesteia**, el

reprezentând modul de a fi, de a se comporta al cuiva, sub aspect valoric fiind nespecific pentru personalitate. ***(M. Zlate, 2000)***

3.3. Particularităţile de vârstă

Înainte de a intra în specificul particularităţilor de vârstă este necesar să amintim de principalii factori ai dezvoltării, operând delimitările între **ontogeneză** (totalitatea schimbărilor sistemice, bio-psiho-sociale, intra-individuale, care au loc pe parcursul vieţii unui om) şi **psihogeneză** (cadrul socio-cultural în care sunt rezumate, selectate şi condensate rezultatele întregii dezvoltări filogenetice).

Principalii factori **ai dezvoltării genetice** sunt: **ereditatea, mediul şi educaţia**. Astfel, după E. Lupşa şi V. Bratu:

1) **Ereditatea** este însuşirea fundamentală a materiei vii de a transmite, de la o generaţie la alta, **mesaje cu specificitate**, sub forma codului genetic. În planul dezvoltării psihice ea apare ca un **complex de predispoziţii şi potenţialităţi** şi nu ca un inventar de capacităţi şi trăsături deja formate. Ereditatea **constituie premisa biologică a dezvoltării**. Obiectivarea ei are caracter probabilist şi oferă individului o şansă (ereditate normală) sau o neşansă (ereditate ratată).

2) **Mediul** este constituit din totalitatea elementelor cu care individul interacţionează, direct sau indirect, în procesul devenirii sale. Mediul are o structură complexă ce include o mulţime de aspecte, de la elementele mediului natural şi până la cele ale mediului social imediat. Ca factor ce stimulează potenţialul ereditar, acţiunea mediului poate fi în egală măsură, favorabilă dezvoltării, dar şi o frână sau chiar un blocaj.

3) **Educaţia** se defineşte ca „activitate specializată, specific umană, care mijloceşte şi susţine, în mod conştient, dezvoltarea, intenţionalitatea şi acţiunea sistemică în cunoştinţă de cauză.” ***(E. Lupşa – V. Bratu, 2005, p. 78)***

Evoluţia individului până la un anumit punct, dar mai ales modul de exprimare cognitivă, pot determina atât „împărţirea” ciclului vieţii (de la naştere şi până la moarte), cât şi particularităţile de vârstă caracteristice perioadei, la un moment dat. Dar, înainte de a trata particularităţile de vârstă ale individului, e necesar să facem o precizare privind **vârsta**:

a) Vârsta **cronologică** este privită ca o constantă variabilă, relativ egalitară, pentru toate persoanele născute la aceeaşi dată;

b) Vârsta **psihologică** nu se referă atât la complexitatea personalităţii, cât la stratificarea de conduite adaptative care permit forme ascendente de adaptare şi de aport social.

Pentru a analiza particularităţile de vârstă trebuie să avem în vedere **criteriile** ce stabilesc **stadiile de dezvoltare** ale personalităţii: 1. activitatea dominantă desfăşurată; 2. sistemul de relaţii socio-culturale; 3. structurile psihice specifice.

Punctul de la care pornim îl constituie, în viziunea lui U. Şchiopu şi E. Verza, existenţa a trei mari cicluri ale vieţii, după cum urmează:

a) **Ciclul de creştere şi dezvoltare** din primii 20 de ani de viaţă, ciclu care cuprinde la rândul lui sub-stadii specifice;

b) **Ciclul adult** ce prelungeşte dezvoltarea psihologică a omului extinzându-se până la 65 de ani, marcând perioada în care personalitatea umană se antrenează în responsabilităţi sociale şi profesionale contribuante;

c) **Ciclul vârstelor de regresie** (al bătrâneţii), care se extinde de la 65 de ani până la moarte, timp în care se delimitează perioadele ce duc până la regresia finală, cunoscut şi ca ciclul terminal; ***(U. Şchiopu – E. Verza, 1995)***

Cea mai cunoscută clasificare a ciclului vieţii porneşte de la următoarele **stadii**: **1. perioada infantilă (**0-1 an); 2. prima copilărie sau **copilăria timpurie** (1-3 ani); a doua copilărie sau **perioada preşcolară** (3-6/7 ani); a treia copilărie sau **vârsta şcolară mică (**6/7-10/11 ani); **preadolescenţa (**10/11 ani-14/15 ani); **adolescenţa** (14/15 ani-18/19 ani); **tinereţea (**18/19 ani-30 ani); **vârsta adultă** (30-55/60 ani); **bătrâneţea** sau vârsta a treia (peste 60 de ani).

J. Piaget formulează diferenţele calitative în procesul dezvoltării cognitive (mai precis al dezvoltării proceselor gândirii), distingând patru perioade majore în dezvoltarea intelectuală: 1. **senzorio-motorie** = de la naştere până la 2 ani; 2. **preoperaţională** = de la 2 la 7 ani; 3. **perioada operaţiilor concrete** = între 7-şi 11 ani; 4. **perioada operaţiilor formale** = de la 11 ani, şi inclusiv vârsta adultă.

D. Levinson postulează o altă schemă a fazelor de dezvoltare din perioada adultă, orientându-se după patru perioade cu o durată de aproximativ 25 de ani: 1. **copilăria şi adolescenţa** (de la naştere până la 22 de ani); 2. **perioada timpurie a etapei de adult** (de la 17 la 45 de ani); 3. **perioada medie a etapei de adult** (de la 50 la 65 de ani) şi 4. **perioada adultă târzie** (după 60 de ani).

Cu siguranţă însă, cea mai folositoare clasificare, în cazul lucrării de faţă, o constituie cea a lui E. Erikson, incluzând cele opt etape ale ciclului vieţii:

1) **Primul an/încredere-neîncredere.** Este definitorie pentru instalarea la copil a stării de încredere sau dimpotrivă, de neîncredere faţă de cei din jur,

fluctuantă în funcţie de calitatea relaţiei pe care acesta o stabileşte cu propria sa mamă, în primul an de viaţă. Numai o prezenţă maternă caldă, tonică şi receptivă la trebuinţele sugarului poate inocula acestuia sentimentul confortabil şi atât de vital al optimismului şi al siguranţei de sine.

2) **Prima copilărie/autonomie-ruşine-îndoială.** Această etapă antagonică caracterizează intervalul dintre 2-3 ani, când are loc o dezvoltare apreciabilă a capacităţilor copilului. Dacă părinţii îi stimulează manifestarea unor abilităţi naturale se va schiţa la copil un sentiment de autonomie. Dimpotrivă, un cuplu parental prea protector şi inhibant, sau unul prea exigent în faţa inerentelor stângăcii ale copilului, va eroda nu numai încrederea în forţele proprii, ci vor determina apariţia la copil a îndoielii şi a ruşinii.

3) **Vârsta preşcolară/iniţiativă-vinovăţie.** Acest stadiu se extinde între 3-5 ani, când activismul şi spiritul interogativ al copilului devin debordante. În cazul în care familia sprijină dezvoltarea particularităţilor respective, se cristalizează la copil spiritul de iniţiativă. În schimb, dacă părinţii sunt prea punitivi sau reticenţi în faţa acestor manifestări, copilul va manifesta un sentiment de culpabilitate extrem de nociv.

4) **Copilăria mijlocie/activitate-inferioritate.** Este vârsta care acoperă ontogeneza (între 6-11 ani), fiind marcată de începuturile şcolarizării, un eveniment crucial pentru destinul individului. Acum, roadele activităţii şcolare devin determinante, în sensul că un şirag de eşecuri îl complexează, iar succesele îi vor dezvolta nu numai spiritul activ, ci şi spiritul competitiv.

5) **Adolescenţa/identitate-confuzie de rol**. Această etapă coincide cu adolescenţa, adică cu acea vârstă frenetică, dar destul de tulbure când, la capătul tuturor furtunilor bio-psihologice pe care le traversează,

tânărul vrea să ştie cine este cu adevărat, cine, „ce” a devenit. Aşa se explică de ce în acest stadiu criza de identitate şi confuziile de rol îl frisonează atât de frecvent.

6) **Adultul tânăr/intimitate-izolare.** Această secvenţă ontogenetică este nevoia imperioasă a individului de a pune bază unor relaţii sociale statornice, dar în acelaşi timp, de a găsi un partener autentic de sex opus, care să-i „populeze” intimitatea. În caz contrar, el se refugiază într-o soluţie apăsătoare, fără a găsi o rezolvare optimă pentru conflictul care îl devorează.

7. **Adultul mijlociu/carieră-retragere în sine.** Se referă la vârsta când individul pendulează între două alternative, cea de a trudi în contul viitorului (faţă de noua generaţie) printr-o multitudine de activităţi, sau cea a centrării pe sine. Această din urmă ipostază îi stopează evoluţia.

8. **Bătrâneţea/integritate-disperare.** Ultimul stadiu ontogenetic este însoţit de un inevitabil bilanţ existenţial. Când, la capătul inventarului retrospectiv, realizările sunt mai numeroase decât eşecurile, individul încearcă un binecuvântat sentiment de mulţumire şi seninătate. Dimpotrivă, în caz contrar, aripa regretelor târzii şi scadenţa apropiată a morţii implacabile îl cufundă în cea mai dezolantă deznădejde.

Constituie un bun îndreptar de practică compartimentarea care urmează, respectiv o evidenţiere a **particularităţilor diferitelor stadii de dezvoltare în viziunea lui** G. W. Allport ***(E. Lupşa – V. Bratu, 2005, p. 81)***

(fig. nr.1)

Stadiul	*Însuşirea caracteristică*	*Criza*	*Rezolvarea crizei*	*Factorii sociali determinanţi*	*Corolarul axiologic*
sugarul (0-1 an)	Sentimentul de încredere	încredere vs neîncredere	încredere şi optimism	mama sau substitutul matern	speranţa
prima copilărie (1-3 ani)	Sentimentul autonomiei	autonomie vs nesiguranţa	simţul autocontrolului	părinţii	voinţa
vârsta preşcolară (3-6 ani)	tendinţa de a lua iniţiative	iniţiativă vs vinovăţie	abilitatea de a-şi direcţiona activitatea, de a avea iniţiative	mediul familial	finalitatea în acţiune
vârsta şcolară mică (6-10/11 ani)	sârguinţă şi pricepere	pricepere vs sentimentul de	competenţa în domeniul intelectual, social sau al exerciţiilor fizice	şcoala şi grupul de joacă	competenţa
adolescenţa (10/11-18/19 ani)	identitatea personală	identitatea vs confuzia	integrarea diferitelor imagini ale eului într-una singură, unitară, reprezentativă	modelele şi covârstnicii	unitatea
tinereţea (18/19-30 ani)	intimitatea	intimitate vs izolare	abilitatea de a stabili relaţii durabile, de a-şi determina drumul vieţii prin asumarea de obligaţii	prietenii, relaţia de cuplu	mutualitatea afectivă
adultul (30-55/60 ani)	facultatea generatoare de creaţie	creaţie vs consum	dăruirea pentru familie, societate, tânăra generaţie	familia, profesia	responsabilitatea, devoluţiunea
bătrâneţea (55/60-…ani)	Integritate şi acceptare	acceptare vs disperare	sentimentul satisfacţiei faţă de propria viaţă şi acceptare a declinului, a morţii	pensionarea, apusul vieţii	înţelepciunea

Capitolul 4

Implicarea afectivităţii în structurile comportamentale

4.1. Procese afective primare. Trăiri şi stări interioare
4.2. Procese afective complexe. Emoţiile
4.3. Procese afective superioare.
Sentimentele şi pasiuni
4.4. Caracteristicile vieţii afective
din perspectivă pastorală

4.1. Procesele afective primare. Trăiri şi stări interioare

P. Popescu-Neveanu defineşte afectivitatea drept „**o vibraţie concomitent organică, psihică şi comportamentală**, o tensiune complexă a întregului organism, cu efecte de atracţie sau respingere, căutare sau evitare." ***(P. Popescu-Neveanu, 1991, p. 113)***

Ea este prezentă începând cu pulsaţiile inconştientului şi terminând cu realizările ultimative de conştiinţă. Tocmai de aceea este considerată componenta bazală, infrastructura psihicului, dar şi nota lui definitorie, deoarece prin **afectivitate** omul se diferenţiază profund de aşa-zisa „inteligenţă artificială" (roboţi, calculatoare etc.). Dacă raţiunea omului poate fi reprodusă „de" şi imprimată „în" calculator, **stările şi trăirile afective** vor rămâne apanajul uman specific.

Datorită unicităţii noastre, fiecare experimentăm într-o manieră unică o trăire afectivă, o emoţie, un sentiment sau o pasiune (şi gradul de implicare personală diferă de la om la om). De aici multitudinea

de interpretări şi implicaţii ala afectivităţii, chiar şi în structurile noastre comportamentale.

Procesele afective sunt primare în sensul că sunt înnăscute, spontane, cu caracter involuntar, având o condiţionare din punct de vedere biologic. Astfel, după E. Lupşa şi V. Bratu, compartimentăm:

a) **tonusul emoţional** se referă la reacţiile emoţionale care însoţesc orice act de cunoaştere (acţionează mai ales asupra senzaţiilor olfactive, auditive, oculare, kinestezice, gustative; simţim – nu simţim/ne place – nu ne place/are gust dulce – amar etc.);

b) **trăirile de natură organică** sunt determinate de funcţionarea bună sau defectuoasă a organelor interne, generând stări de confort sau disconfort fiziologic;

c) **stările afective** sunt trăirile impulsive, violente, de scurtă durată, care pot scăpa de sub controlul conştientului, cu apariţie bruscă şi desfăşurare tumultuoasă. ***(E. Lupşa – V. Bratu, 2005, p. 51)***

După A. Cosmovici, **stările afective** sunt trăiri care exprimă gradul de concordanţă sau neconcordanţă dintre un obiect sau o situaţie cu tendinţele noastre. El mai vorbeşte despre:

1) **Afectele statice** care exprimă raportul dintre noi şi lume, având un **slab efect dinamogen,** nefiind motivate de o activitate îndelungată, deşi pot provoca puternice reacţii momentane, divizându-se în: a) stări afective elementare care cuprind atât durerea cât şi plăcerea senzorială, atât agreabilul cât şi dezagreabilul; b) dispoziţiile; c) emoţiile;

2) **Afectele dinamice** constituite ca cele mai puternice şi durabile motivări ale comportamentului uman, ele fiind: a) sentimentele; b) pasiunea.

Comportamentul nostru, privit ca o consecinţă a proceselor afective primare, se concretizează în moduri

atitudinale diferite în situaţii de: furie, groază, mânie, spaimă, plâns necontrolat; **expresivitatea** este reflectată prin: mimică, pantomimică, modificări de natură organică, schimbarea vocii. Întemeiate sau nu, stările afective „construiesc” personalitatea noastră.

4.2. Procesele afective complexe. Emoţiile

Parcurgând în continuare segmentul proceselor afective complexe, vom descoperi **emoţia** ca fiind:

a) Stare afectivă de scurtă durată, care traduce un specific al relaţiilor mele cu un obiect ori o situaţie, având un caracter situaţional; ***(A. Cosmovici, 1996)***

b) Reacţie violentă, expresivă, a organismului faţă de situaţii în care nu poate da răspunsuri adaptate sau modulate; ***(A. Lieury, 1990)***

c) Eveniment sau stare din domeniul afectiv care se caracterizează printr-un ansamblu de „trăiri” psihice specifice însoţite, în mod variabil ca intensitate şi calitate, de manifestări fiziologice şi comportamentale; ***(J. Cosnier, 2002)***

Chiar dacă şirul definiţiilor ar putea continua, cert este faptul că, sub o formă sau alta, **emoţia** îşi defineşte expresivitatea printr-un rol de: 1. comunicare; 2. influenţare a conduitei altora în vederea săvârşirii unor acte; 3. autoreglare; 4. contagiune; 5. accentuare sau diminuare a însăşi stării afective, toate având implicaţii în comportamentul uman.

La nivel pastoral, emoţia îşi are **trăirea** sa deosebită deoarece, construieşte o relaţie, consolidează o stare şi certifică o atitudine.

Identificarea celor opt emoţii de bază, după R. Plutchik este grăitoare, atestând elementele de expresie comportamentală ale fiinţei umane, în anumite situaţii.

a. tristeţe	
remuşcare	**a+b**
b. dezgust	
dispreţ	**b+c**
c. furie	
agresiune	**c+d**
d. anticipare	
optimism	**d+e**
e. bucurie	
iubire	**e+f**
f. acceptare	
supărare	**f+g**
g. teamă	
respect	**g+h**
h. surpriză	
dezamăgire	**h+i**
i. tristeţe	

(după E. Lupşa –V. Bratu, 2005, p. 52)

Cele opt emoţii de bază sunt: teama, surpriza, tristeţea, dezgustul, furia, anticiparea, acceptul şi bucuria care, împreună cu derivatele lor, alcătuiesc, am putea spune „un tablou seismic” ce poate contura o structură comportamentală. Anumite emoţii pot genera o întreagă gamă de mutaţii biologice.

În literatura de specialitate se vorbeşte despre existenţa a patru **emoţii-şoc** tipice: 1) **frica (teroarea);** 2) **furia;** 3) **tristeţea în forma sa acută (disperarea);** 4) **bucuria explozivă,** toate constituind o categorie aparte de stări afective, datorită intensităţii lor deosebite şi a exteriorizării lor puternice prin diferite expresii emoţionale, modificări fiziologice şi reacţii slab controlate. Ele apar când există o stare de tensiune

nervoasă acumulată şi intervine brusc o situaţie neaşteptată. ***(A. Cosmovici, 1996)***

Nuanţând, spunem că:

1) **Furia** se declanşează la ofensa repetată şi jignitoare a unei persoane care apoi se amuză;

2) **Frica, teroarea** apare în momentul existenţei bruşte a unui pericol iminent, neprevăzut şi necontrolat, expresia fiziologică fiind opusă furiei;

3) **Disperarea** se declanşează în faţa unui fapt împlinit (moartea unei persoane dragi pe neaşteptate, insuccesul la un examen) şi neputinţa de a rezolva situaţia „problemă” creată; expresia fiziologică este variată (plâns, râs, şoc);

4) **Bucuria explozivă** apare atunci când aflăm pe neaşteptate o veste bună, auzim despre un eveniment fericit, mult dorit; întregul organism reacţionează pozitiv.

În triada **emoţie-stimul-reacţie** se observă **diferite** modificări bio-psihologice. Figura nr. 3

Emoţii	**Stimuli**	**Reacţii**
Plăcere	stimuli apetitivi	satisfacţie
Mânie	frustrare, agresiune	luptă
Frică	durere, pericol de distrugere	fugă, imobilizare
Disperare	pierderea contactului social	vaiete, plânsete

Interpretarea „biologică” a emoţiilor

1) **Plăcerea** (dorinţa sau bucuria) este compusă, înglobând ceea ce fiziologii numesc „motivaţii apetitive” (căutarea hranei, a unui partener sexual etc.), care ar corespunde nevoilor hedoniste (în formulare filosofică), respectiv căutarea plăcerii;

2) **Mânia** declanşează în anumite condiţii o stare violentă extremă, numită „furie”, dar care, estompată, se transformă în agresivitate;

3) **Frica** (angoasa) se poate datora unei dureri sau/şi pericolului distrugerii, dar, în multe cazuri (anxietatea) generează tulburări comportamentale sau mentale cu impact de durată asupra personalităţii umane;

4) **Disperarea** (tristeţea acută) are uneori cauze sociale, fiind provocată de lipsa contactului social, sau având legătură intrinsecă cu dependenţa de droguri.

Interpretarea biologică a emoţiilor are importanţa sa în lectura realităţii. Emoţiile influenţează mai mult sau mai puţin structurile comportamental-umane. Pentru a depista, cunoaşte sau recunoaşte o emoţie ce poate declanşa un anumit tip de comportament, este necesar să decodificăm expresiile emoţionale apărute într-o situaţie conflictuală.

Expresia constituie acea caracteristică exterioară a omului după care tragem concluzii cu privire la **starea sa de spirit**. Se disting, astfel, cinci grupe de expresii:

1) **Fizionomia** = totalitatea trăsăturilor feţei care îi dau o înfăţişare caracteristică; pe expresia imobilă a feţei s-au putut imprima, de-a lungul anilor, atitudini şi emoţii;

2) **Mimica** = constituie aspectul feţei în mişcare, fiind succesiunea contracţiilor diverşilor muşchi în raport cu emoţiile trăite de o persoană;

3) **Postura şi gesturile** = este suficientă pentru a recunoaşte o persoană, identificându-i chiar şi starea de spirit (trăirea sufletească din acel moment);

4) **Vocea şi modul de a vorbi** = vocea, în primul rând, se modulează în funcţie de emoţie, constituind un indiciu emoţional consistent;

5) **Rezultatele comportamentului legate de mişcări complexe şi expresive** = scrisul şi desenul sunt în relaţie cu trăsăturile personalităţii, ele suferind modificări în funcţie de afectele prezente în timpul desfăşurării respectivelor acţiuni.

J. Cosnier conchide că „**fără emoţii nu există comunicare, iar fără comunicare nu există viaţă socială.**” ***(J. Cosnier, 2002, p. 74)***

4.3. Procesele afective superioare.
Sentimentele şi pasiunile

Pragmatic, E. Lupşa şi V. Bratu consideră că **sentimentele** sunt trăiri afective complexe, de lungă durată, stabile, având o intensitate moderată. ***(E. Lupşa – V. Bratu, 2005)***

A. Cosmovici le catalogează drept ample structuri de tendinţe şi aspiraţii, relativ stabile, care orientează, organizează, declanşează şi reglează conduita umană. Dacă emoţia este în general de scurtă durată, **sentimentele** au emoţiile la baza lor fără a se confunda însă cu ele, ele constituindu-se în nişte emoţii repetate, rezistente la factorii perturbativi. ***(A. Cosmovici, 1996)***

Clasificarea sentimentelor

Sentimentele pot fi: a) **intelectuale,** respectiv acelea care apar în procesul cunoaşterii realităţii şi sunt un factor energizator al acesteia (curiozitate, mirare, uimire, îndoială, siguranţă, nesiguranţă etc.); b) **morale,** care reflectă atitudinea pozitivă sau negativă faţă de acţiunile proprii şi ale celorlalte persoane (prietenie, mândrie, datorie, dragoste, iubire etc.); c) **estetice,** respectiv cele care ca urmare a perceperii frumosului în

artă, în natură sau în diferitele acţiuni ale omului (admiraţie, extaz).

Ca sentimente pozitive, **dragostea şi prietenia** trebuie să reprezinte un punct de plecare în **a-l înţelege şi a-l accepta pe om**, pornind de la nevoia sa de **a fi**, de **a exista**.

Dragostea este esenţială în definirea şi cunoaşterea omului, ea constituind factorul coagulant al oricărei relaţii inter-personale amicale, expresia impulsului uman nativ spre afiliere. Speciile sociale sunt caracterizate de „faptul social" definit drept un fenomen de atracţie reciprocă; s-a mai vorbit şi de instinct gregar sau de un „impuls spre afiliere", acesta indicând faptul că indivizii care aparţin unei specii sociale sunt mânaţi de o forţă ce îi îndeamnă să caute compania semenilor lor şi să lege cu ei relaţii de diferite tipuri, esenţiale atât pentru supravieţuirea grupului, cât şi a individului.

Specia umană este una socială, iar fiinţele umane sunt animate de **impulsul spre afiliere**, care se traduce tocmai prin existenţa legăturilor interpersonale de prietenie.

V. Lossky subliniază că **adevărata iubire** este unirea a două vieţi, nu contopirea lor, ea netinzând spre asimilare, spre absorbţia celuilalt, ci spre **afirmarea celuilalt**. „Iubirea desăvârşeşte firea omenească conducând-o spre unitate cu firea dumnezeiască", consideră Sfântul Maxim Mărturisitorul. **Iubirea faţă de aproapele** este semnul dobândirii adevăratei iubiri faţă de Dumnezeu. Iubirea este un instrument de cunoaştere, prin faptul că ea identifică într-o anumită măsură subiectul cu obiectul, oglindindu-l pe cel care cunoaşte în cel cunoscut. ***(Lossky, 1993)***

Pornind de la Hristos care cerea ca omul să-şi iubească aproapele ca pe sine însuşi, **Laurentius** spunea despre **dragoste**: „Dragostea nu are nici început, nici

sfârşit. Unde dragostea se poate extinde conştient, acolo se extinde necontenit."; „Dragostea e păzitoarea libertăţii tuturor."; „Dragostea nu evită pe nimeni, ea însă se retrage de acolo de unde nu este dorită, sau de unde este izgonită cu forţa."; „Dragostea vrea să lege totul şi pe toţi împreună."; „Dragostea adevărată nu face reproşuri, ea scuză, înţelege, tolerează totul."; „Dragostea nu ridică pretenţii şi nu pune condiţii.";

Apostolul Pavel în prima sa Epistolă către Corinteni scrie că dragostea este calitatea primordială pe care ar trebui s-o aibă omul şi descrie astfel această calitate: „Dragostea este plină de răbdare şi bunătate, dragostea nu cunoaşte invidia, nu se lasă şi nu se ridică cu mândrie asupra altora, ea nu se comportă cu lipsă de consideraţie, nu cunoaşte egoismul, nu se lasă cuprinsă de cuvinte amare şi nu poartă pică pentru suferinţele îndurate, nu se bucură dacă nedreptatea câştigă supremaţia, ci se bucură dacă dragostea iese învingătoare, ea nu scoate în evidenţă greşelile altora, ci caută să le scuze, ea crede mereu numai binele, nu-şi pierde **speranţa**, nu-şi pierde **curajul**. Dragostea nu pierde niciodată!" (1 Corinteni 13, 4-13, în traducere neologismică).

Ce este viaţa omului fără dragoste? se întreba apostolul Pavel. Răspunsurile pe care le dă reprezintă un cod axiologic care trădează intuiţia unei **psihologii a caracterului**: **Datoria fără dragoste îl face pe om arţăgos; Răspunderea fără dragoste îl face pe om incorect; Dragostea fără îngăduinţă îl face pe om dur; Adevărul fără dragoste îl face pe om critic; Inteligenţa fără dragoste îl face viclean; Prietenia fără dragoste îl face prefăcut; Ordinea fără dragoste îl face posac; Cinstea fără dragoste îl face arogant; Avuţia fără dragoste îl face zgârcit; Crezul fără dragoste îl face fanatic.**

Prietenia, privită metaforic ca o „porţie cotidiană de relaţie amicală” pentru a trăi şi a supravieţui, se poate amplifica, devenind o atracţie interpersonală fundamentată pe o anumită afinitate.

Impulsul de afiliere (produs al unei atracţii interpersonale native pre-existente) are patru funcţii: a) Reducerea sentimentului de nesiguranţă vizavi de cei din jur şi, în acelaşi timp, întărirea sistemului de securitate; b) Stimularea pozitivă prin interesul reciproc şi contactul cu celălalt; c) Posibilitatea de împărtăşire a afectelor şi de creare a unui sentiment de siguranţă datorită empatiei; d) Confirmarea narcisistă prin atenţia obţinută de la celălalt şi aprecierile valorizante reciproce.

Pentru ca impulsul de afiliere să se poată activa, este nevoie de anumite condiţii favorabile, absolut necesare, şi trebuie să poată avea loc o evaluare reciprocă pozitivă a celor doi potenţiali prieteni, să existe „afinităţi”.

Pasiunea(-unile) în contextul proceselor afective superioare sunt acele trăiri afective foarte intense, stabile şi de lungă durată, care antrenează întreaga personalitate umană. Pasiunea, având calităţile amintite anterior, se diferenţiază de emoţie; distincţia o formulează Kant într-o manieră metaforică: „Emoţia este ca o apă care se revarsă brusc rupând digul; pasiunea e un torent care curge mereu săpându-şi albia tot mai adânc”. ***(E. Lupşa – V. Bratu, 2005, p. 54)***

Subliniem deci că pasiunea poate avea (şi adeseori are) o influenţă **pozitivă, constructivă**, materializată în cultivarea unor aptitudini speciale. În alte situaţii, ea se poate constitui într-o forţă **negativă, transformându-se în vicii** ce afectează distructiv întreg comportamentul uman. La rândul lor, **viciile** pot fi grupate după interes: a) **eul** – pasiuni pozitive

(cupiditatea); b) **celălalt** – (gelozia, ambiţia); c) **lumea** (pasiunea pentru jocurile de noroc);

Astfel, pasiunea negativă duce la o sărăcire accentuată a vieţii psihice, la degradarea morală şi fizică, consecinţa finală fiind inadaptarea şi marginalizarea deliberată a individului, culminând cu grave tulburări comportamentale.

4.4. Caracteristicile vieţii afective, din perspectivă pastorală

V. Pavelcu considera că **emoţiile dezorganizează conduita** în timp ce **sentimentele o organizează**. În realitate, procesele afective îndeplinesc ambele roluri, dar în condiţii diferite: a) **dezorganizează conduita** atunci când intensitatea trăirilor este mare, când situaţia este nouă, iar organismul nu şi-a elaborat încă răspunsurile comportamentale adecvate; b) **organizează conduita** dacă organismul şi-a elaborat răspunsuri comportamentale pentru anumite situaţii, iar intensitatea trăirilor este medie.

Se remarcă astfel faptul că procesele afective sunt latura energetică a proceselor psihice şi a **comportamentului uman**.

Viaţa afectivă a fiecăruia dintre noi presupune atingerea unui cuantum de experienţe şi valori umane şi sociale menite a aduce în ecuaţie: conştientizarea trăirilor afective, a predominanţei unor sentimente superioare, certificând atingerea maturităţii afective.

Imaturitatea afectivă presupune imposibilitatea de manifestare a personalităţii reale a fiecăruia dintre noi. De aceea, e important a cunoaşte faptul că, fiecărei categorii de vârstă îi corespunde o caracteristică a dezvoltării sale afective, astfel:

1) **0-1 an** (reacţiile afective sunt vagi, confuze şi fluctuante); la 2 luni apare plăcerea; la 4-5 luni apare

frica determinată de prezenţa unor persoane necunoscute; la 3-6 luni apare râsul; în jurul a 8 luni apare bucuria;

2) **1-3 ani** (începe să se organizeze viaţa afectivă a copilului orientându-se spre persoane şi obiecte, acesta deprinzându-se cu expresiile emoţionale specifice grupului; la 18 luni se manifestă gelozia; în jurul vârstei de 2 ani stările afective sunt fluctuante: apare agresivitatea ca reacţie de opoziţie faţă de adult şi nevoia de trăiri afective pozitive (trebuinţa de a fi iubit, de a coopera cu adultul);

3) **3-6/7 ani** (se diversifică şi se nuanţează viaţa afectivă; jocul dobândeşte un rol decisiv în simularea unor trăiri afective; la 3 ani apare sentimentul de vinovăţie; la 4 ani apare sentimentul de mândrie; în jurul vârstei de 6 ani se pune problema prestigiului şi a ruşinii; se dezvoltă capacitatea de control voluntar al emoţiilor);

4) **6/7 ani – 10/11 ani** (încep să apară procesele afective superioare: curiozitatea intelectuală, sentimentul datoriei, admiraţiei, mândriei etc.);

5) **10/11 ani-14 ani** (se dezvoltă în continuare sentimentele superioare precum responsabilitatea, patriotismul; apare teama de înfrângere şi frica de dispreţ; apare nevoia de a fi afectuos cu alţii; acum începe stabilizarea vieţii afective; se dezvoltă trăiri afective cu intensitate mare, puternică);

6) **14-18 ani** (se accentuează controlul voluntar; se complică viaţa afectivă; apare prima iubire; apare criza de identitate);

7) peste 18 ani (viaţa afectivă se perfecţionează; se ajunge progresiv la o maturitate afectivă);

Capitolul 5

Caracteristici ale comportamentului deviant

5.1. Tulburări de risc
şi de conduită comportamentală
5.2. Identităţi ale elementelor psihopatologice

5.1. Tulburări de risc şi de conduită comportamentală

Comportamentul uman reprezintă modalitatea obiectivă de adaptare la lumea în care trăim, având un nivel conştient şi voluntar. Întregul comportament uman este mediat de psihic la cele două nivele, inconştient şi conştient. El este nu numai modalitatea prin care-şi face simţită prezenţa în lume, ci şi expresia relaţiei omului cu lumea.

Deci **comportamentul** poate fi privit ca o expresie externă a personalităţii bio-psiho-sociale prin care omul îşi reglementează relaţiile cu lumea. Cu alte cuvinte, **comportamentul** este dependent, pe de o parte, de nivelul intelectului, de cunoştinţele şi experienţele de viaţă dobândite până la o anumită vârstă, iar pe de altă parte, de caracteristicile organizării sociale şi funcţionalitatea relaţiilor intersubiective.

Când acest echilibru cu lumea nu este corespunzător, **comportamentul deviant** rezidă în formule de **conduită** aflate în discordanţă cu valorile şi normele unui anumit sistem socio-uman. Astfel, **comportamentul deviant** se referă la forme de conduită care se îndepărtează în mod sensibil de la normele existente într-o cultură dată şi care corespund

unor roluri şi statusuri sociale bine definite în cultura respectivă.

Astfel, în *Larousse. Marele dicţionar de psihologie,* **conduita** este desemnată ca fiind o combinaţie de activităţi: a) externe, **observabile,** ale organismului, care sunt comportamentele, şi b) interne, **neobservabile,** care sunt fenomene despre care se presupune că sunt concomitente (scopuri, motivaţii, emoţii etc.).

Completată astfel, **conduita de risc** sau **handicapul de comportament** se defineşte ca fiind o stare în care conflictul este consemnat lumii exterioare, materializat printr-un comportament deviant al individului, fapt ce declanşează, la o anumită vârstă (de obicei preadolescenţa sau adolescenţa), **tulburări de conduită sau comportament** de tip:

a) **biopsihologic,** ce ţine de criza de pubertate, adolescenţă şi trebuie abordată ca atare;

b) **carenţial**, este sănătos din punct de vedere psihic, dar vulnerabilizat afectiv, educativ, social;

c) **sociopatic**, prezintă un determinism trivalent care explică în cea mai mare parte tulburarea de comportament delictual, antisocial;

d) **patologic**, apare deja suferinţa psihică de tip reactiv, psihogen, putând determina, la un moment dat, un echilibru comportamental precar, chiar regresiv, dezadaptativ, derapant, potrivnic intereselor lui de autoreglare şi autodeterminare în procesul devenirii.

Este necesar să intrăm în contact cu o asemenea secvenţă atitudinală, deoarece persoana care va avea nevoie de ajutor trebuie diagnosticată corect, atât din punct de vedere biologic, cât şi psiho-social. De aceea, considerăm că este necesar să schiţăm câteva conduite de risc.

1) **Conduite de risc:**

a) **Neascultarea** = tulburare opoziţională care numără printre cauze: carenţe educative, familiale, restricţii sau libertăţi excesive, nonconsecvenţă în educaţie, diversiuni familiale etc.;

b) **Fuga de acasă** = întâlnită la introvertiţi, emotivi, anxioşi, dar şi la instabili psihici, agitaţi, frustraţi afectiv, neadaptaţi la colectivitate, conflictuabili şi labili;

c) **Abandonul şcolar** = reprezintă reacţia de opoziţie la sistemul şcolar, la reguli şi la disciplină; începe cu o seria de absenţe şi influenţe negative din partea anturajului; în sine, abandonul este considerat de victimele lui drept un act de bravură. În fapt, este o formă de teribilism şi de inadaptare la comunitatea şcolară;

d) **jaful** = constituie un act de violenţă (fie că are loc sub presiune sau nu, fie că este dus la îndeplinire individual sau în bandă), care evidenţiază caracteristicile personalităţii dizarmonice.

2) **Tulburări de comportament social**

a) **Instabilitatea psiho-motorie** constă în incapacitatea de a fi atenţi, de a păstra o atitudine coerentă, de a păstra un ritm regulat în activitate; este evidentă după vârsta de 8-10 ani şi se exteriorizează indiferent de condiţii sau situaţii. Ea are **cauze** organice, cerebrale, fiind caracterizată printr-o stare de nelinişte, de teamă, anxietate, insecuritate, având la origine situaţii familiale conflictuale şi frustrări afective. ***(S. Brumă-Popescu, 2003, p. 134)***

b) **Agresivitatea** este o formă de irascibilitate exagerată, manifestată prin răspunsuri violente agresive şi scăderea evidentă a pragului de frustrare; se poate exprima *hetero-* sau *auto*-agresiv şi, în momente de

furie, poate apărea o amnezie care estompează amintirea actului consumat. Printre **cauze** le amintim pe cele: organice cerebrale, hormonale, sociale, ambientale, precum şi sentimentele de inferioritate şi insecuritate.

c) **Furtul** reprezintă o stare conflictuală bazată pe carenţe educative, familiale. Este necesară cunoaşterea de către subiect a sensului noţiunii de „proprietate”. După „mecanism”, există furt „prin imitaţie”, „din necesitate”, ca „reacţie de compensare”, ca „reflectare a ostilităţilor”, ca modalitate de asigurare a unei existenţe parazitare; caracterul patologic al acestui comportament ţine de contextul general al trăsăturilor de personalitate.

d) **Fuga (de acasă) şi vagabondajul**. Fugile repetate conduc la vagabondaj şi asociere cu scopul de săvârşire a unor acte delictuale (în grupuri, bande). Printre **cauze** enumerăm: particularităţile dizarmonice ale personalităţii, sugestibilitatea, lipsa încrederii în sine, instabilitatea afectivă, eşecurile în adaptarea şcolară, atracţia străzii, mediul familial despotic, lipsa de supraveghere. Determinante pot fi atât condiţiile de mediu, cât şi o serie de particularităţi dobândite sau câştigate, precum şi prezenţa anumitor deficienţe mintale.

Vagabondajul, „deteriorare comportamentală gravă cu o evoluţie spectaculoasă ce este dublată adeseori de forme aberante (cum ar fi prostituţia şi perversitatea sexuală), se pot greva pe un climat familial pluri-carenţial, impropriu educativ, dar şi pe existenţa unor trăsături instabile de personalitate dizarmonică.” ***(S. Brumă-Popescu, 2003, p. 145)***

Există anumiţi **factori** (interni şi externi) care pot facilita apariţia comportamentelor deviante. Implicarea consilierului pastoral în aceste situaţii este benefică, ţinând cont de faptul că **este mult mai uşor să**

previi decât să intervii, după ce fapta s-a consumat. În acest context,

1) **Familia** influenţează comportamentul membrilor săi, contribuind la procesul de socializare a acestora. În structura sa, familia poate să fie: a) normală (mamă, tată, fraţi); b) dezorganizată (monoparentală prin divorţ sau deces); c) cu un status social precar (părinte/părinţi şomeri, plecaţi în străinătate, privaţi de libertate); d) inexistentă (copii abandonaţi la naştere în grija organelor publice abilitate).

Este cunoscut totodată faptul că, pe lângă familii bine structurate prin înţelegere şi respect reciproc, există şi **familii care practică un stil educaţional deficitar,** lipsit de valenţe morale, şi care adoptă o atitudine permisivă şi tolerantă faţă de comportamentele deviante ale tinerilor, determinând, în cele mai multe cazuri, o subsocializare morală a membrilor săi.

2) **Şcoala**, prin întreaga sa construcţie educaţională, reprezintă **un pion important în conturarea viitoare a personalităţii umane.** Dacă pentru unii (şi, în general, pentru cei mai mulţi) şcoala reprezintă un punct de referinţă atât din punct de vedere al activităţilor cognitive, cât şi un „bonus” de încredere în viitoarele relaţii cu comunitatea, pentru un anumit segment din populaţia şcolară (şi vârsta acesteia începe să scadă), şcoala este percepută ca: regulă, disciplină, învăţat, constrângere, optica personală variind de la caz la caz.

Criticabilă este şi situaţia şcolară în care **primează partea instructivă în detrimentul celei educative**, fiind în prim plan elevii buni la învăţătură şi cei care nu creează probleme, ţi neglijaţi cei slabi şi neadaptaţi regimului şcolar, realizându-se **adevărate piramide ierarhice** care pot determina şi declanşa asupra acestora din urmă reacţii de frustrare. Aceştia vor

căuta **compensare mai ales în comportamente antisociale** în cadrul grupurilor stradale, pentru „a impresiona”. ***(S. Brumă-Popescu, 2003, p. 152)***

3) **Mediul extrafamilial** „influenţează comportamentul individului deoarece acesta pot dobândi în cercul de prieteni, de la vecini, colegi, „gaşcă” şi/sau grup de cartier, prin exemplele negative, o „contaminare” cu o conduită deviantă, mai ales atunci când familia *de facto* nu se implică şi nu realizează faptul că, lăsând totul în grija celor din jur, persoana în cauză va deprinde atitudini antisociale lipsite de coerenţă şi motivaţie logică.” ***(S. Brumă-Popescu, 2003, p. 156)***

4) **Mass-media** poate alimenta şi stimula starea de conduită comportamentală. Este cunoscut deja faptul că violenţa văzută la televizor sau cinema duce la creşterea agresivităţii şi criminalităţii, efectul fiind şi mai mare în rândul copiilor cu tulburări afective şi caracteriale, precum şi în rândul acelora cu sentimentul frustrării afective.

Acesteia i se adaugă şi **literatura beletristică** care are eroul principal plin de „relele societăţii”, şi **ziarele** ce abundă în ştiri ce pot manipula conştiinţele şi altera simţul valorii. Astfel suntem aproape de **conduite comportamentale deviante ce pot duce până la delincvenţă,** dezvoltând autentice **personalităţi antisociale**, cristalizate lent în timp. ***(S. Brumă-Popescu, 2003)***

5.2. Identităţi ale elementelor psihopatologice

V. Predescu defineşte **psihopatiile** drept un grup polimorf de evoluţii patologice ale personalităţii, caracterizate clinic printr-o insuficientă capacitate (episodică sau permanentă) de adaptare armonioasă şi

suplă la condiţiile obişnuite ale mediului familial şi social. ***(V. Predescu, 1989)***

Dintre elemente definitorii ale psihopatiilor amintim: a) controlul incomplet al sferelor afectiv-voliţionale şi instinctive; b) nerecunoaşterea defectului structural; c) incapacitatea de integrare armonioasă în mediul social.

G. Cornuţiu consideră tulburarea de personalitate o structură rigidă, un mod dezechilibrat şi limitativ de personalitate, care predispune persoana în cauză la eşecuri adaptative (permanente ori episodice), în raport cu mediile sale conjuncturale de viaţă. Aceste eşecuri nu sunt obligatorii, apar doar în raport cu anumite condiţii de mediu. Eşecurile există ca potenţial pe toată durata vieţii persoanei în cauză. Acest potenţial, pentru majoritatea tulburărilor de personalitate, se atenuează treptat, odată cu vârsta dar, pentru altele (cum ar fi tulburările de personalitate de tip paranoid) se pot chiar accentua. ***(G. Cornuţiu, 2003)***

F. Tudose prezintă câteva posibile caracteristici ale pacienţilor cu tulburări de personalitate: modele de comportament cronice şi durabile, nu episodice; blamarea constantă a altora; uşor de înfuriat sau de făcut geloşi; funcţia ocupaţională şi socială tulburată; dependenţă sau independenţă excesivă; impulsivi sau compulsivi; standarde şi opinii inflexibile; iritabilitate; abilităţi empatice reduse; înşelarea persoanelor pentru un câştig propriu; egocentrism; deseori manifestă rezistenţă la tratament; trec de la subevaluare la supraevaluare; relaţii interpersonale tulburi sau instabile; ***(F. Tudose, 2002)***

Toate acestea conturează un **comportament definitoriu pentru personalitatea dificilă.** Trăsăturile de caracter ale acestui tip de personalitate fiind foarte rigide, inadaptate situaţiilor, cauzează suferinţă propriei persoane

precum şi celorlalţi. Identificarea anumitor tipuri de personalitate dificilă face posibilă o mai bună înţelegere a reacţiilor acestora în diferite situaţii, favorizând un progres continuu în materie de psihoterapii şi de tratamente. ***(Fr. Lelord – Ch. Andre, 1998)***

Fr. Lelord şi Ch. Andre remarcă faptul că „personalităţile dificile sunt aidoma fenomenelor naturale: există dintotdeauna şi vor continua să existe de-a pururea. A te revolta ar fi la fel de lipsit de sens precum ar fi dacă te-ai mânia pe vreme ori pe legile gravitaţiei. Iată şi un motiv pentru care ar trebui să acceptaţi personalităţile dificile: acestea n-au nici o vină de a se fi născut cu o asemenea fire, nu şi-au ales singure tipul de personalitate. Amestec de ereditate şi educaţie, ele au dezvoltat comportamente care, cel mai adesea, nu le reuşesc şi de care, am putea spune, nu sunt complet responsabile. Cine ar alege deliberat să fie excesiv de anxios, de impulsiv, suspicios, mult prea dependent de ceilalţi sau obsedat de detalii? O respingere n-a ameliorat niciodată starea cuiva, cu atât mai mult cu cât este vorba despre oameni cu probleme. Faptul de a-i accepta constituie adesea un prim pas necesar pentru a-i determina să-şi schimbe unele comportamente”.

Pentru o mai bună „gestionare” a manifestărilor persoanelor cu personalităţi dificile, vom încerca, apelând la aceeaşi autori, să schiţăm atitudinea recomandabilă faţă de cei în cauză.

1. Personalitatea anxioasă. Oamenii care se încadrează în această categorie îşi fac griji mult prea intense şi frecvente pentru sine şi pentru cei din jurul lor; tensiunea lor fizică este adesea excesivă; manifestă o permanentă atenţie la riscuri: vigilenţă faţă de tot ceea

ce ar putea lua o turnură neplăcută, pentru a controla chiar situaţii cu un risc redus.

În raport cu reprezentaţii acestui tip de personalitate **este recomandabil**: 1. să le inspirăm încredere; 2. să-i ajutăm să deprindă arta relativizării; 3. să practicăm în raport cu ei un umor binevoitor; 4. să-i determinăm să se trateze. În schimb, este **nerecomandabil**: să-i lăsăm subjugaţi de propriile angoase; 2. să-i luăm prin surprindere; 3. să le împărtăşim propriile nelinişti; 4. să abordăm subiecte de conversaţie penibile.

2. Personalitatea paranoică. Aceasta se caracterizează prin **suspiciune** (îi suspectează pe ceilalţi că ar fi rău intenţionaţi în ceea ce o priveşte; se protejează în permanenţă, fiind atenţi la ceea ce se petrece în jur, neavând încredere; pune la îndoială loialitatea altora, chiar a celor apropiaţi, fiind adesea geloasă; caută energic şi în detaliu dovezi în sprijinul bănuielilor sale, fără a ţine seama de situaţia în întregul ei; dacă acest tip de personalitate se simte ofensată, este gata de represalii disproporţionate; este preocupată de propriile drepturi, ca şi de problemele de prioritate, simţindu-se foarte facil ofensată) şi **rigiditate** (se arată raţională, rece, logică şi rezistă oricăror argumente ce vin din partea celorlalţi; îi este greu să manifeste tendinţe ori emoţii pozitive, nu prea având simţul umorului).

În momentul relaţionării cu oameni aparţinând acestui tip de personalitate este **recomandabil**: să ne exprimăm limpede motivele şi intenţiile; să respectăm convenienţele cu scrupulozitate; să menţinem un contact regulat cu el (ea); să facem referiri la legi şi la regulamente; să le lăsăm unele mici victorii, dar selectându-le bine; să ne căutăm aliaţi în altă parte. În schimb, este **nerecomandabil**: să renunţăm la a lămuri

neînţelegerile; să le atacăm imaginea care o au despre sine; să comitem greşeli; să le bârfim, căci vor afla; să discutăm politică; să devenim, la rândul nostru, paranoici.

3. Personalitatea histrionică caută să atragă atenţia celorlalţi, neagreând situaţiile în care nu este obiectul atenţiei generale; caută stăruitor afecţiunea propriului anturaj; dramatizează exprimarea propriilor emoţii care sunt foarte schimbătoare; stilul discursului său este mai degrabă emoţional, căci evocă impresii şi este lipsit de precizie şi detaliu; are tendinţa de a idealiza sau dimpotrivă, de a deprecia excesiv persoanele din anturajul său;

În relaţionarea noastră cu cei aparţinând acestui tip de personalitate este **recomandabil:** a) să ne aşteptăm la tot felul de exagerări şi dramatizări; b) să-i lăsăm din când în când să se manifeste, stabilind unele limite; c) să-i arătăm interes ori de câte ori are un comportament „normal”; d) să ne pregătim să trecem de la statutul de „erou” la cel de „infam” şi, invers. Este în schimb, **nerecomandabil**: să ne amuzăm pe seama lor; să ne lăsăm impresionaţi de tentativele de seducţie care sunt adesea fictive; să ne lăsăm prea tare înduioşaţi.

4. Personalitatea obsesională se caracterizează prin **a) perfecţionism** (este exagerat de atentă la detalii, proceduri, reguli şi la organizare, adesea în detrimentul rezultatului final); **b) obstinaţie** (este încăpăţânată, stăruie cu înverşunare ca lucrurile să fie făcute după cum consideră ea şi respectându-se reguli); **c)** în relaţiile cu ceilalţi este **rezervată** fiindu-i greu să-şi exteriorizeze emoţiile pozitive; adesea este foarte formală, glacială, timidă; **d) nehotărâtă** (îi este greu să ia decizii din teama de a nu comite vreo greşeală; tergiversează lucrurile şi cugetă exagerat de mult); **e)**

rigoare morală (este extrem de conştiincioasă şi scrupuloasă).

În relaţionarea noastră cu cei aparţinând acestui tip de personalitate este **recomandabil:** să le arătăm apreciere pentru simţul ordinii şi al rigorii; să le respectăm nevoia de a prevedea şi de a organiza totul; când merg prea departe, să le aducem critici precise şi motivate; să le arătăm că suntem o persoană previzibilă şi că se poate bizui pe noi; să le facem să descopere bucuriile destinderii; să le încredinţăm sarcini pe măsura lor, în care „defectele” lor să se transforme în tot atâtea calităţi. În schimb, este **nerecomandabil**: să le ironizăm pe seama maniilor lor; să ne lăsăm antrenaţi prea departe în sistemul lor; să le copleşim cu prea multă afecţiune, recunoştinţă sau cu daruri.

5. Personalitatea narcisică, despre sine, are sentimentul că este excepţională, deasupra oamenilor de rând şi că i se cuvine mai mult decât celorlalţi; este stăpânită de ambiţia de a avea succese răsunătoare, atât în plan profesional, cât şi în viaţa personală; adesea este extrem de preocupată de înfăţişarea sa şi de vestimentaţie. În relaţiile cu ceilalţi, se aşteaptă la atenţie, privilegii, fără a se simţi însă obligată la reciprocitate; când nu i se acordă privilegiile pe care le aşteaptă, devine furibundă; îi exploatează şi îi manipulează pe ceilalţi pentru a-şi atinge scopurile; manifestă destul de puţină empatie, iar emoţiile celuilalt nu o prea mişcă.

În relaţionarea noastră cu cei aparţinând acestui tip de personalitate este **recomandabil:** ori de câte ori este sinceră, să o aprobăm; să-i explicăm reacţiile celorlalţi; să-i respectăm cu scrupulozitate convenienţele; să nu-i aducem critici decât când este absolut necesar, iar atunci să fim extrem de precişi; să păstram discreţia asupra propriilor noastre reuşite şi

privilegii. Este, în schimb, **nerecomandabil**: să i ne opunem sistematic; să nu fim atenţi la tentativele ei de manipulare; să ne aşteptăm la recunoştinţă.

6. Personalitatea schizoidă pare adesea impasibilă, detaşată, greu de desluşit, indiferentă la elogiile sau criticile celorlalţi; preferă mai cu seamă activităţi solitare; are puţini prieteni apropiaţi, deseori chiar din cadrul familial; nu leagă prietenii cu uşurinţă; nu caută compania celorlalţi;

În relaţionarea noastră cu cei aparţinând acestui tip de personalitate este **recomandabil** să le respectăm nevoia de singurătate; să le punem în situaţii care sunt pe măsura lor; să le observăm lumea interioară; să le apreciem calităţile ascunse. În schimb, este **nerecomandabil:** să le cerem să manifeste emoţii puternice; să le obligăm la prea multă conversaţie; să le lăsăm să se izoleze complet. ***(C. Enăchescu, 2005)***

7. Comportamentul de tip A. Acesta luptă împotriva timpului, este febril, preocupat să meargă totul mai repede, să facă cât mai multe într-un timp limitat, este obsedat de exactitate şi este intolerant faţă de încetineala altora; are simţul competiţiei, îşi doreşte să „câştige” până şi în situaţii de viaţă anodine, în conversaţie de pildă, ori în sporturile practicate în timpul liber; se implică în acţiune, munceşte enorm, pune suflet în tot ce face, iar activităţile din timpul liber devin tot atâtea sarcini cu un scop bine determinat.

În relaţionarea noastră cu cei aparţinând acestui tip de personalitate este **recomandabil** să fim punctuali şi să-i dovedim că se poate bizui pe noi; de câte ori încearcă să ne impună punctul de vedere, să-l susţinem pe al nostru; să-l ajutăm să înveţe arta relativizării; să-l ajutăm să descopere bucuriile adevăratei destinderi. Este, în schimb, **nerecomandabil**: să negociem cu el „la

cald"; să ne lăsăm antrenaţi în competiţii inutile; să dramatizăm conflictele cu el.

8. Personalitatea depresivă se caracterizează prin pesimism; în orice situaţie s-ar afla, vede doar latura sumbră a lucrurilor, posibilele riscuri, supraevaluează aspectul negativ, minimalizându-l pe cel pozitiv; are o perpetuă dispoziţie tristă, este o persoană posacă de obicei, chiar şi atunci când lipsesc evenimentele neplăcute care să justifice această dispoziţie; se caracterizează prin anhedonie, în sensul că nu prea resimte plăcerea, nici în cazul unor activităţi ori situaţii considerate în mod obişnuit ca fiind agreabile; este uşor depistabilă în cazul său autodeprecierea, în sensul că nu se simte „la înălţime", nutreşte sentimente de inaptitudine ori de culpabilitate (chiar şi atunci când ceilalţi îl apreciază).

În relaţionarea noastră cu cei aparţinând acestui tip de personalitate este **recomandabil** să-i atragem atenţia prin întrebări asupra laturii pozitive a oricărei situaţii; să-l antrenăm în activităţi agreabile, care să fie pe măsura sa; să-i arătăm consideraţia într-un mod adecvat; să-l îndemnăm să consulte un specialist. În schimb, este **nerecomandabil**: să-i facem morală; să ne lăsăm târâţi în marasmul ei.

9. Personalitatea dependentă simte **nevoia de a fi ajutată şi susţinută de ceilalţi**, fiind reticentă când este vorba să ia singură decizii; de multe ori îi lasă pe ceilalţi să ia în numele ei decizii importante; preferă să-i urmeze pe ceilalţi decât să vină cu unele iniţiative; nu-i place să fie singură, ori să facă singură unele lucruri. Este permanent terorizată de **teama de a nu strica relaţiile cu ceilalţi**; de aceea, pentru a fi pe placul celorlalţi, spune mereu „da"; este extrem de afectată şi anxioasă atunci când este criticată şi dezaprobată;

acceptă munci puţin gratificante, pentru a se face plăcută celorlalţi; rupturile o tulbură teribil.

În relaţionarea noastră cu cei aparţinând acestui tip de personalitate este **recomandabil** să le lăudăm mai mult iniţiativele decât reuşitele, să le ajutăm să banalizeze eşecurile; dacă ne cer sfatul, înainte de a răspunde, să le chestionăm în privinţa punctului lor de vedere; să le vorbim de îndoielile şi slăbiciunile noastre, neşovăind să le cerem noi înşivă sfatul şi ajutorul; să le ajutăm să-şi multiplice activităţile; să le facem să înţeleagă că sunt o serie de lucruri pe care le putem face fără ele, dar că aceasta nu înseamnă că le respingem.

În schimb, este **nerecomandabil:** să luăm decizii în locul lor, chiar dacă ne-o cer; să le sărim în ajutor ori de câte ori sunt în impas; să le criticăm iniţiativele, chiar dacă nu sunt bune; să le abandonăm cu desăvârşire pentru a le „învăţa să se descurce singure”; să le îngăduim să plătească preţul dependenţei lor; să le lăsăm să ne „invadeze”.

10. Personalitatea pasiv-agresivă, atât în domeniul profesional cât şi în viaţa personală, manifestă rezistenţă la exigenţele celorlalţi; discută excesiv de mult ordinele şi critică pe reprezentanţii autorităţilor; într-un mod ocolit „tărăgănează” lucrurile, este intenţionat ineficientă, stă îmbufnată, „uită” anumite lucruri, se plânge că este neînţeleasă ori desconsiderată, sau că este rău tratată.

În relaţionarea noastră cu cei aparţinând acestui tip de personalitate este **recomandabil** să fim amabili; să le cerem părerea de câte ori este posibil; să le ajutăm să se exprime deschis; să le reamintim regulile jocului.

În schimb, este **nerecomandabil** să ne prefacem că nu le-am remarcat împotrivirea; să le criticăm aidoma unui părinte; să ne lăsăm antrenaţi în jocul represaliilor reciproce.

11. Personalitatea evitantă se caracterizează prin hipersensibilitate; criticile şi ironiile o înspăimântă, îi e teamă de ridicol; evită să intre în relaţii cu ceilalţi atâta vreme cât nu e sigură de bunăvoinţa necondiţionată a acestora; evită situaţiile în care i se pare că ar putea fi jignită sau s-ar simţi stingheră (noi cunoştinţe, un post important, o relaţie intimă); se caracterizează prin autodepreciere, având o stimă de sine redusă şi de cele mai multe ori îşi subestimează capacităţile şi reuşitele; din teama de eşec, optează deseori pentru un rol mărunt sau pentru posturi mult sub capacităţile sale.

În relaţionarea noastră cu cei aparţinând acestui tip de personalitate este **recomandabil** să i se propună obiective de dificultate progresivă; să-i arătăm că ne interesează opinia ei; să-i arătăm că acceptăm să fim contrazişi; dacă vrem să o criticăm, să începem printr-un elogiu mai general, şi abia apoi să aducem critici unui comportament anume; să o asigurăm de sprijinul nostru constant; să o îndemnăm să consulte un specialist.

Este, în schimb, **nerecomandabil**: să o ironizăm; să o enervăm, să o lăsăm să-şi asume toate muncile ingrate.

În continuarea periplului nostru de diagnoză, mai putem aminti personalităţile de tip:

12. Narcisic-histrionic este o personalitate mixtă ce vădeşte comportamentul teatral şi seducător al personalităţii histrionice, dar şi sentimentul de superioritate şi susceptibilitate al personalităţii narcisice;

13. Evitant-dependentă are loc o întrepătrundere a celor două tipologii deja menţionate;

14. Antisocială (sociopată) se caracterizează printr-o lipsă de respect faţă de regulile şi legile vieţii în societate, asociată unei impulsivităţi, unei incapacităţi

de a face proiecte pe termen lung şi unui simţ al culpabilităţii redus (până la absenţa lui totală);

15. Bordeline este marcată de comportament impulsiv, provocat de astă dată de o dispoziţie fluctuantă care indică o stare de criză aproape permanentă; este asaltată de emoţii puternice, greu controlabile, mai cu seamă de stări de furie puternică împotriva celorlalţi, dar şi a propriei persoane;

16. Schizotipală nutreşte convingeri şi percepţii bizare asupra celorlalţi, a propriei persoane şi a restului lumii;

17. Sadică se caracterizează printr-o serie de comportamente sau atitudini menite să aducă suferinţă celuilalt, să-l domine;

18. Cu conduită de eşec este caracteristică persoanelor care par să-şi „saboteze" cu bună ştiinţă viaţa, deşi dispun de toate resursele pentru a proceda şi altfel.

Corolar al acestui capitol ar putea fi „Rugăciunea seninătăţii": „Doamne, acordă-mi seninătatea de a accepta lucrurile pe care nu le pot schimba, curajul să pot schimba lucrurile pe care le pot schimba şi înţelepciunea de a vedea diferenţa".

Capitolul 6

Implicarea ecopsihologiei la nivel pastoral

6.1. Elemente de construcţie conceptuală
6.2. Copilul. Apartenenţa şi educaţia sa religioasă
6.3. Persoana privată de libertate. Regăsirea credinţei
6.4. „A fi sau a nu fi” … credincios?

6.1. Elemente de construcţie conceptuală

E. Bonchiş porneşte în definirea **ecologiei şi a psihologiei ecologice** de la etimologia primului termen, amintind faptul că **ecologia** derivă din grecescul **oikos = casă** şi **logos = ştiinţă**, însemnând într-o primă traducere **studierea relaţiilor dintre organism şi mediu**. ***(E. Bonchiş, 2006)***

P. Popescu-Neveanu aminteşte faptul că „ecologia umană acordă importanţă atât aspectelor fizice, cât şi aspectelor biologice ale mediului, respectiv caracteristicilor constructiv-cultural-informaţionale, precum şi modalităţilor de reacţie în grup la aceste caracteristici.” ***(P. Popescu-Neveanu 1991, p. 105)***

Cu alte cuvinte, ecologia face trimitere la condiţiile de mediu în care o persoană trăieşte şi modul în care este afectată de acestea, direct sau indirect. **Psihologia ecologică** apare ca o alternativă la cea experimentală, sugerând nu eliminarea cercetărilor riguroase de laborator, ci completarea lor cu cercetări desfăşurate în mediul natural ***(M. Zlate, 2001).***

Concluzionând, spunem că **psihologia ecologică** urmăreşte **manifestarea capacităţilor psihice umane în condiţii naturale**. Este necesar însă să operăm anumite nuanţări:

a) Să se facă o distincţie clară între ceea ce numim **fenomene profunde (competenţe) şi fenomene de suprafaţă (performanţe)** şi să se indice raporturile dintre aceste două niveluri;

b) Să se precizeze **contextul dezvoltării** (adică să se identifice „nişa de dezvoltare");

c) Să se raporteze comportamentele individuale la realitatea colectivă;

d) Să se sublinieze relaţia dintre „nişa de dezvoltare" şi contextul cultural sau ecocultural; să se stabilească echivalenţe funcţionale, conceptuale şi psihometrice existente în diferite culturi;

e) Să se evidenţieze legăturile dintre variabilele inter şi intra-individuale, sau să precizeze **interacţiunea dintre tipurile de subiecţi şi tipurile de situaţii.**

6.2. Copilul. Apartenenţa şi educaţia sa religioasă

În psihopedagogie este foarte cunoscută expresia: „Copilul este un animal *educandum*". Prin educaţie el dobândeşte experienţa de care are nevoie pentru a se adapta la o lume atât de complexă precum cea de astăzi.

Astfel, din perspectiva elementelor de ecopsihologie, prima copilărie trebuie să-i ofere copilului spaţiul pentru **cristalizarea educaţiei religioase,** prin mici poveşti inspirate din Biblie sau create „ad hoc", prin frecventarea bisericii, prin prăznuirea sărbătorilor religioase, prin răsfoirea unor cărţi cu poze din viaţa şi faptele Mântuitorului Iisus Hristos etc. De asemenea, copilul va fi învăţat să se roage. ***(A. Munteanu, 2003)***

În fapt, părinţii trebuie să-şi asume cu toată responsabilitatea şi de timpuriu **cultivarea acestui „sentiment oceanic",** cum numea Romain Rolland „dorul de transcendenţă", ce portretizează orice fiinţă

umană. Perioada preşcolară precum şi vârsta şcolară mică (6/7 ani-10/11 ani) constituie etape clare de concretizare a acestui demers, existând acum şi un tip instituţionalizat de învăţământ.

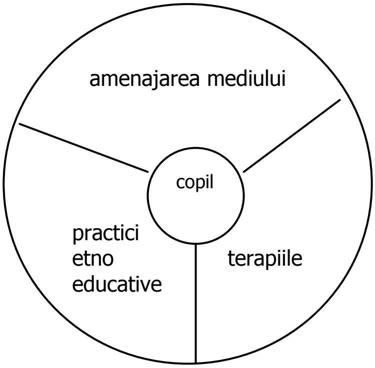
Cunoscând faptul că după naştere copilul se dezvoltă într-un anumit context ecologic şi social, putem contura **„nişa de dezvoltare” (aceasta reprezintă totalitatea elementelor cu care un copil intră în relaţie la o anumită vârstă).** Aceasta este compusă din trei subsisteme principale:

a) Subsistemul 1 conţine contextul fizic, ecologic şi socio-cultural în care se realizează dezvoltarea copilului;

b) Subsistemul 2 cuprinde tradiţiile culturale şi practicile educaţionale;

c) Subsistemul 3 cuprinde etno-teoriile despre educaţie şi educatori, privitoare la creşterea şi educarea copilului.

Schematic, **nişa de dezvoltare** poate fi reprezentată astfel ***(Suzen şi Harkeners, 1997 după E. Bonchiş, 2006, p. 363)***:



având un caracter explicativ, postulând achiziţiile, comportamentele şi reprezentările tipice ce se găsesc într-un grup cultural şi determină dezvoltarea copilului.

Dintr-o perspectivă interculturală dezvoltarea copilului presupune **traversarea succesivă a unor nişe de dezvoltare**; pentru fiecare vârstă noi putem identifica un alt mediu fizic şi social în care evoluează copilul, alte atitudini şi comportamente educative ale adulţilor. Nişa de dezvoltare conferă un cadru teoretic şi metodologic util în **înţelegerea mediului**, cu o perspectivă **dinspre copil** şi nu invers. ***(N. Lehalle – D. Mellier, 2002)***

Pentru a putea evidenţia importanţa dar şi modalitatea implicării ecopsihologiei în actul educaţional-religios exercitat asupra copilului, vom porni de la o bază teoretică, **teoria istorico-culturală a lui** J. Valsiner, care-şi bazează raţionamentul pe influenţele mediului socio-cultural asupra evoluţiei copilului. Teoria lui Valsiner (inspirată din teoria lui Vigotski) se individualizează prin conceptul multiplu de **„zone". Astfel, identificăm:** ***(E. Bonchiş, 2006, p. 371)***

a) **Zona liberei mişcări** (*Zone of Free Movement – ZFM*) este „formată din lucruri, elemente, obiecte disponibile, care-i permit copilului să se deplaseze în mediul său particular. Fac parte din această zonă inclusiv oamenii şi mijloacele cu care copilul intră în interacţiune. Diferitele experienţe din ZFM vor facilita, atât copilului, cât mai ales educatorului, selectarea acelor acţiuni considerate favorabile dezvoltării lui armonioase. ZFM diferă de la o comunitate la alta, un „plus de zonă" oferindu-i copilului oportunităţi sporite de dezvoltare."

b) **Zona de încurajare a acţiunii** (*Zone of Promoted Action – ZPA)* reprezintă „**modelele de acţiune** pe care educatorii le promovează sau care sunt dependente de familie şi de cultura specifică a unei comunităţi."

c) **Zona proximei dezvoltări** *(Zone of Proximal Development – ZDP)* se defineşte „ca un ansamblu de acţiuni pe care copilul nu poate să le efectueze fără ajutorul unei alte persoane." ***(J. Valsiner, 1987).***

Interacţiunea dintre cele trei zone oferă o interpretare nouă a fenomenelor privitoare la dezvoltarea copilului, ceea ce permite părinţilor şi educatorilor să selecteze metodele de educaţie adecvate, să formuleze şi să fixeze corect obiectivele şi regulile de comportament din diferite stadii ale dezvoltării copilului.

Factorii istorico-culturali operează la niveluri diferite cum ar fi: mediul fizic, elementele de cultură materială; obiceiurile, cunoştinţele sociale, religioase şi artistice, valorile morale şi estetice. Această configuraţie a elementelor din interiorul unei societăţi este considerată a fi produsul evoluţiei istorice şi a mediului social.

Toate aceste concepte propuse de J. Valsiner sunt utilizate în mod frecvent în domeniul practicii educaţionale. Metodele sale de cercetare presupun: a) observarea relaţiilor reciproce dintre copii şi educatori, a interacţiunilor ce pot fi înregistrate sau filmate; b) analizarea comentariilor educatorilor privitoare la mediul în care ei recunosc influenţe străine; c) sondaje şi cercetări istorice, colectări de informaţii despre obiceiurile susceptibile de a afecta interacţiunile dintre educatori şi copii.

Aplicarea elementelor de ecopsihologie vizând educaţia religioasă a copilului poate începe de la relaţia

acestuia cu propriii părinţi. H. Vlachos (2001) avertizează:

1) Copiii, fiind rodul dragostei părinţilor, constituie un liant între soţi. „Copilul care se naşte este un fel de pod care uneşte părinţii. Astfel, trei trupuri devin unul, deoarece copilul are o mare forţă de coagulare”. (Alte exemple sugestive: podul uneşte două cetăţi pe care le desparte râul; gâtul leagă capul de restul trupului; în dans sunt uniţi toţi dansatorii cu mâinile şi este creat cercul). Astfel, copilul este o verigă unificatoare care dezvăluie şi măreşte unitatea soţilor.

2) Copiii sunt o mângâiere peste moarte, dând şi simţământul continuării vieţii.

3) A treia binefacere este că părinţii sunt binecuvântaţi prin prezenţa copiilor, îndeosebi când sunt crescuţi în armonie şi când, primind o bună educaţie, trăiesc o viaţă socială şi familială corespunzătoare.

Privind dintr-o perspectivă pedagogică elementele de **ecopsihologie**, vom descoperi faptul că cele **trei zone** definite de Valsiner au o **aplicare practică** în domeniul educaţiei religioase a copilului. Astfel:

a) **Zona liberei mişcări (ZFM).** Este momentul în care copilul se mişcă, percepe în felul său mediul educaţiei bisericeşti, începând să se adapteze la acesta. Astfel, întâlnim în biserică prezenţa copilului încă de la câteva luni, purtat în braţe de părinţi, apoi (aproximativ până la 6 ani) este lăsat „să adulmece singur” misterul, frumuseţea şi sacrul bisericii. Pentru copil, ceremonialul, atmosfera, îmbrăcămintea preoţilor, exercită o forţă atractivă, stimulându-i imaginaţia şi exersându-l „întru înţelepciunea gândului”. El începe să „prindă” darul rugăciunii, să participe la întregul ceremonial care-l fascinează şi-i determină în final un anumit comportament psihosocial.

Este momentul în care copilul ajunge „să se identifice” prin rugăciune şi ritual cu actul religios. Îşi doreşte să devină preot, îşi face semnul crucii, îşi spune rugăciunile, ascultă poveşti duhovniceşti, se deprinde cu ritualul bisericesc. Această „zonă” îi conferă copilului oportunităţi sporite de dezvoltare (poate de aceea toţi copiii sunt lăsaţi, fără a fi apostrofaţi, să „umble” prin biserică, ştiind că locul lor este aici).

b) **Zona de încurajare a acţiunii (ZPA).** Este momentul în care copilul surprinde modele de acţiune religioasă în cadrul familiei, avându-i în obiectiv pe propriii părinţi, în contextul mai larg al unei culturi specifice propriei comunităţi. Acum copilul participă la identitatea religioasă a familiei. H. Vlachos remarcă faptul că pentru ca educaţia copiilor să fie eficace şi substanţială, este necesar ca părinţii să fie ei înşişi formaţi. Aceasta pentru că atunci când cineva educă, nu doar transferă nişte cunoştinţe pe care întâmplător le deţine, ci se dăruieşte pe sine însuşi. ***(H. Vlachos, 2001)***

E timpul în care copilul ia contact cu educaţia religioasă a propriei familii. Astfel, începe să se familiarizeze cu „ritualurile” acesteia, fiind martor la rugăciunile părinţilor, la atmosfera creată în timpul sărbătorilor creştine, interceptând şi fiind coparticipant prin propria experienţă la momentele esenţiale din viaţa familiei.

În acest context este bine să observăm modul în care copilul percepe **naşterea** (venirea pe lume a fratelui sau a surorii sale), bucuria şi binecuvântarea aduse prin **botez** şi ritualul **cununiei** pentru cei apropiaţi, fiind fascinat de manifestările oamenilor cu prilejul unor sărbători pline de mister şi dragoste. De asemenea, îşi spune cuvântul şi **dispariţia** unor persoane dragi asupra modului de percepere a existenţei. Inevitabilul sfârşit al unora este, pentru copilul care

întreabă, „trecerea la o altă lume”, de sus, aceasta presupunând privirea spre cer, unde „e Doamne-Doamne”, unde sunt îngerii. Această senină raportare la moarte îi conferă copilului o siguranţă anume, un confort în raport cu gândul morţii, forţa de a **nu se teme de moarte** şi plecarea cuiva la cele veşnice.

Acum este timpul să fie învăţat copilul să se roage. Sfântul Ioan Hrisostom spune: „Învaţă-ţi copilul să se roage cu multă bunăvoinţă şi cucernicie. Şi să nu-mi spui că nu poate s-o facă. Fiindcă poate, deoarece este şi inteligent şi desăvârşit trupeşte şi spiritualiceşte. Deoarece piedica în rugăciune nu este frăgezimea vârstei, ci frăgezimea gândirii. Să înveţe aşadar copilul să se roage cu multă smerenie şi să vegheze cât poate”.

c) **Zona proximei dezvoltări (ZDP)** face referire la un ansamblu de acţiuni corespunzător perioadei educative specifice claselor primare (I-IV). Este locul în care, sub o anumită formă, „se instituţionalizează predarea educaţiei religioase”, elevul beneficiind atât de un manual propriu-zis, cât şi de îndrumarea profesionistă a unui cadru didactic specializat.

În epoca contemporană, reîntoarsă „pe băncile şcolii” după o absenţă nepermis de lungă, educaţia religioasă are menirea de a găsi calea pe care fiecare elev, viitor creştin responsabil, şi-o va alege în viaţă. De aceea, nu ne este indiferent ce se întâmplă la această disciplină de învăţământ.

Există şi întrebări care ne provoacă la o reflecţie profundă. Este cu adevărat sala de clasă locul cel mai bun pentru desfăşurarea unei ore de educaţie religioasă, pentru un copil între 6-10 ani, bine ştiind faptul că imaginaţia, intuiţia şi gândirea lui spre concret nu sunt încă suficient consolidate? Creăm noi oare ambianţa specifică necesară unei asemenea lecţii? Liantul între

toţi cei ce participă la oră există? Răspundem provocărilor care apar din necunoaşterea individualităţii fiecărui copil?

Ştim explica apariţia unei atitudini insuficient controlate a vreunui elev dezvăluindu-i cauza, motivaţia ascunsă? Simt copiii „acel ceva" special în cadrul orei de educaţie religioasă? Şi cu siguranţă, şirul întrebărilor ar putea. Important este să găsim strategia eco-psihologică de a dizolva rutina şi obişnuinţa, de a revărsa între elevi încredere, speranţă, cunoaştere. Responsabilitatea noastră este să călăuzim elevul spre adevăr şi credinţă.

Indiciu al unei educaţii religioase reuşite este eradicarea sentimentului de singurătate ontologică din inima copilului, găsind – precum în jocul de vizualizare „Poteca ta" – capătul: lumina, îngerul păzitor, liniştea, vocea şi chipul lui Dumnezeu, toate acestea fiind transfigurate în inocenţa copilăriei.

H. Vlachos insistă asupra faptului că paralel cu şcoala, copilul trebuie să fie trimis la Biserică. „Iar aşa precum atunci când ne trimitem copiii la şcoală avem pretenţia să-şi înveţe lecţiile, la fel să facem şi când îi trimitem la Biserică. Ideal este să-i conducem noi înşine. Nu este potrivit să poruncim altora să-i ducă. Noi înşine să-i luăm de mână şi să-i ducem şi să cerem să-şi amintească câte au ascultat şi au fost învăţaţi". ***(H. Vlachos, 2001)***

După o riguroasă analiză ecopsihologică, ne întrebăm dacă **este nevoie de o nouă strategie educaţională vizând segmentul religios. „Da!"**, spun cei direct implicaţi în contextul educaţional specific acestui domeniu. Surprinde şi astăzi, după atâtea secole, strategia Sfântului Ioan Hrisostom privitoare la educaţie:

1. Educaţia trebuie să fie făcută la timp: „Dacă de la început şi de la o vârstă fragedă zidim în copil principii bune, nu mai sunt necesare după aceea istovitoare eforturi, căci obişnuinţa va fi în viitor lege pentru copii”.

2. Educaţia trebuie să se facă treptat, cu discernământ şi înţelepciune: „Nu-i învăţa pe nou-născuţi zborul perfect într-o singură zi, ci la început îi scoate doar afară din cuib, apoi, altă dată, învaţă-i zborul aproape de pământ, şi doar după ce s-au mai odihnit, altă dată, învaţă-i să zboare mai sus, şi astfel, încet-încet îi vei conduce la înălţimea care trebuie”.

3. Educaţia trebuie să se facă cu dragoste, cu milă şi cu bucurie lăuntrică: „Cu milă părintească, cu vorbă pricepută, să fie remediate greşelile tinerilor”.

4. Dragostea nu trebuie să aibă atât elementul negării, cât să fie caracterizată de pozitivitate; nu sunt necesare atât interdicţiile, cât se cere să evidenţiem elementele pozitive.

5. Îndrumătorul trebuie să fie înzestrat de talentul povestirii a diferite istorioare.

6. Este necesar să instruim corect şi sincer copilul, nu să-i plăsmuim o societate imaginară care nu corespunde realităţii; suntem datori să-i dezvăluim atât pe cele bune, cât şi pe cele urâte ale societăţii, fiind necesar mult realism: „Copilul nu trebuie să aibă un caracter nici foarte moale, nici sălbatic, ci să aibă o gândire bărbătească şi, în acelaşi timp, îngăduitoare”.

7. Pentru educaţia copiilor este necesar mare discernământ din partea îndrumătorului; discernământul constă în faptul de a nu-i dezamăgi pe copii, dar şi să evităm a-i lăsa necorectaţi prin încurajare: „Pe acesta (suflul viu – *thymos* - afectivitatea ca funcţie psihică) nu trebuie nici să-l dezrădăcinăm cu desăvârşire din copil, nici să-i îngăduim să-l folosească oriunde fără

discernământ. Trebuie să instruim tinerii într-un astfel de mod de la o vârstă mică, încât atunci când sunt nedreptăţiţi ei înşişi, să suporte şi să nu se înfurie, iar când văd pe altul că este nedreptăţit, să intervină cu curaj şi să-l sprijine cu mijloacele potrivite”.

8. Să venim la problema pedepselor, a mustrărilor, a verificărilor: „Copilul căruia nu i-au fost impuse limitări este profund înşelat în ceea ce priveşte realitatea vieţii. Părinţii ţin acest copil într-un incubator al unei lumi imaginare, iar când va veni în contact cu lumea reală în care există restricţii, va fi cu desăvârşire nepregătit şi incapabil să-i facă faţă”.

Psihopedagogia Sfântului Ioan Hrisostom are o prospeţime aparte, fiind validată de contemporaneitate. Regândirea strategiei educaţionale religioase ţinând cont de elementele de ecopsihologie amintite şi inspirându-ne creator din Sfinţii Părinţi va garanta reuşita într-un compartiment existenţial în care nu este nevoie să reconsiderăm valoarea centrală a copilului, întrucât aici dintotdeauna el a fost văzut ca o fiinţă, iar nu ca simplu obiect.

6.3. Persoana privată de libertate. Regăsirea credinţei

Se spune că omul nu preţuieşte libertatea până nu o pierde. Această experienţă o au pe viu persoanele privative de libertate – deţinuţii, care în momentul izolării de societate simt că ceva se prăbuşeşte, că nu mai aparţin nimănui.

Pentru a putea înţelege „mecanismele funcţionării” psihice umane într-un univers al privării de libertate este important, în primul rând, să acordăm persoanelor aflate în această situaţie o minimă şi stringentă asistenţă psihologică şi religioasă. Persoanele

ajunse victime privării de libertate se caracterizează prin:

a) **Instabilitate emotiv-acţională**, trăsătură esenţială a personalităţii insuficient maturizate a infractorului, care evidenţiază carenţele din dezvoltarea personalităţii sale, fiind un rezultat al unei traumatizări timpurii.

b) **Imaturitatea psihică,** reliefată mai ales prin răspunsul la diferiţi excitanţi din mediul ambiant ce acţionează nociv asupra infractorului, determinând o sensibilitate aparte ce apare pe fondul lipsei unor inhibiţii pe linie socială, determinând, în timp, un comportament antisocial şi distructiv;

c) **Inadaptarea socială** (privită cu precădere la infractorul minor) are drept cauză o insuficienţă a maturizării sociale, carenţe educative şi socio-afective legate de grupul de referinţă. Desprinderea de timpuriu de încadrarea pe linia socială are efecte catastrofale, deoarece în această perioadă se stabilesc legăturile temporale de bază, iar dacă nu sunt înlăturate atitudinile antisociale derivate din carenţele educative prin acţiuni nuanţate, centrate pe subiect şi modelate în funcţie de situaţie, se lasă spaţiu naşterii de deprinderi negative care, actualizate în condiţii social-economice nefavorabile, ajung a genera devianţa ce va duce la infracţiune.

Cele menţionate anterior afectează fiinţa umană în întreaga ei complexitate. Astfel, Fl. Gheorghe subliniază în mod expres faptul că „există o relaţie între comportamentul infracţional şi **etapa morală** în care se află o persoană”, dând o importanţă deosebită celor cinci etape ale **dezvoltării morale** propuse de Kohlgerg, şi anume:

1) În **prima etapă** (la vârsta de 4-8 ani), copilul nu are o concepţie morală şi se poartă astfel încât să

evite sancţiunile impuse de cei puternici din jurul său; pedepsele şi teama de a fi etichetat drept „copil rău” explică, la această vârstă timpurie, conduitele corecte;

2) În **a doua etapă** (care are la bază înţelegerea motivelor şi a intereselor altor persoane), acţiunea bună este cea care **ţine cont de interesele personale,** dar şi de cele ale altora. Drept urmare, dorinţele personale (sau ale altora) constituie criteriul acţiunii cerute. (Furtul va fi considerat greşit doar dacă există riscul de a fi prins);

3) A **treia etapă** este centrată pe ideea că un comportament bun este cel care protejează şi menţine o relaţie. Individul caută să fie la înălţimea aşteptărilor persoanelor semnificative;

4) În **a patra etapă** individul consideră că instituţiile sociale stau la fundamentul vieţii în comun şi a relaţiilor cotidiene; drept urmare, ideea de „sistem”, rolurile şi autoritatea sunt valorizate;

5) În **a cincea etapă** persoana consideră ordinea socială ca o ierarhie de valori, de drepturi şi principii pe care se întemeiază orice societate corectă, formată din indivizi raţionali. ***(Fl. Gheorghe, 2003)***

Fiecare etapă morală implică o dezvoltare intelectuală corespunzătoare şi o etapă de adaptare; indivizii care au dobândit precondiţiile intelectuale specifice unei etape ulterioare celei în care se află pot progresa moral printr-o stimulare adecvată. Putem deci identifica o serie de indicatori care fac necesară prezenţa preotului – ca exponent a vieţii spirituale – în instituţii privative de libertate (penitenciare/închisori).

Perceperea preotului de către deţinuţi

Preotul venit în penitenciar este acea persoană care în lăcaşul de cult rezervat special deţinuţilor (şi, eventual, personalului deservent în penitenciar) va sluji pentru toţi cei ce au nevoie: care-l caută pe Dumnezeu

sau care doresc să-l regăsească pe Dumnezeu. Este necesar ca preotul să aibă cunoştinţe de psihologie penitenciară şi de psihologie pastorală, deoarece el se adresează unui anumit tip de creştin, care percepe altfel lumea.

E mare nevoie de îngăduinţă, înţelegere, acceptare, răbdare, pentru a aduce pe calea cea bună un deţinut. Biserica, prin preot, va trebui să fie „clipa de linişte şi de pace” a deţinutului, deoarece întregul lui univers este bulversat şi scara lui de valori este zguduită profund.

În aceste condiţii speciale, preotul trebuie:

a) Să ştie când şi în ce situaţii ajunge deţinutul să apeleze la el, şi mai precis, atunci când ajunge la el, mai crede în ceva sau nu?

b) Să ştie unde se pot purta discuţiile cu deţinutul, unde-l caută acesta pe preot?

c) Să ştie cum să se raportează la deţinut (ca părinte aspru, autoritar, intransigent, sau îngăduitor, indulgent, echilibrat); primează în relaţia lor calitatea de om şi a unuia şi a celuilalt, sau contează doar poziţia de putere pe care preotul o are în situaţia dată?

d) Să ştie de ce este căutat: doar ca să se înscrie la o activitate, sau chiar este nevoie ca sufletul său să-şi regăsească drumul?

e) Să ştie cine sunt, de fapt, aceşti deţinuţi; preotul trebuie să fie interesat să ştie cine au fost ei, ce sunt şi ce vor deveni. În spatele haine de „încarcerat”, se ascunde un suflet cu o istorie aparte, cu un trecut unic şi cu un mare potenţial de viitor.

După stabilirea acestei **minime strategii de cunoaştere şi abordare** a deţinutului, **preotul trebuie să înveţe să comunice şi să relaţioneze cu el în situaţii speciale**. Lucrarea duhovnicească a preotului cu deţinutul se va realiza pornind de la cunoaşterea

particularităţilor sale de vârstă şi de la câteva elemente sugestive legate de personalitatea sa. Preotul nu trebuie să fie cel care **arată cu degetul şi ceartă**, ci acela care înţelege şi ajută, **focalizându-şi atenţia pe deţinut**, iar nu pe propria persoană.

Regăsirea lui Dumnezeu, împăcarea cu sine, recunoaşterea faptei săvârşite, asumarea vinei şi dorinţa de a repara greşeala prin îndreptare, apelând la forţa credinţei, face din misiunea preotului un act de **refacere morală**, ducând la recâştigarea totală şi definitivă a deţinutului prin redarea lui familiei, comunităţii, şi în primul rând, lui însuşi. Aceasta pentru că se va realiza prin lucrarea preotului şi o **restaurare interioară a deţinutului**, rezultatul cel mai preţios al întregii intervenţii pastoral-psihologice.

Deţinutul, în schimb, se poate raporta la preot cu bunăvoinţă, plecând de la premisa că el îşi ispăşeşte greşeala şi se căieşte, dar se poate raporta şi cu autosuficienţă, încrâncenare, duşmănie şi chiar renegare, invocând un raţionament de tipul: „Dumnezeu pe mine nu mă mai iubeşte, şi-a întors faţa de la mine, eu deci de ce să…”.

În aceste condiţii intervenţia pastorală este dificilă, cu atât mai mult cu cât deţinutul şi-a creat o carapace a singurătăţii, a izolării interioare. Privarea de libertate este pentru o persoană umană şi ocazia de a-şi reevalua interior şi testa relaţia cu divinitatea.

Are acum şansa reîntoarcerii la rugăciune şi a revitalizării credinţei; de asemenea, poate dobândi o nouă percepţie a timpului: „şi mâine este o zi”, la care are dreptul; sentimentul de singurătate emotivă poate să dispară în **momentul acceptării dialogului interior cu Dumnezeu**. Nu devine fanatic, dar speră într-un „mâine” mai bun, rugându-se pentru sănătatea şi liniştea sa trupească şi sufletească.

Calea religioasă este o modalitate de a rezista ispitei de a face rău, o formă de **exersare a deţinutului întru bunătate, o metodă de creştere a calităţii lui umane, metoda ideală de a depăşi criza din viaţa sa**, în care a derapat cu acordul propriei sale voinţe. În schimb, coborârea „întunericului spiritual” asupra vieţii cuiva în condiţiile vieţii de penitenciar constituie pentru deţinut o grea încercare. În această situaţie el are nevoie de o călăuză spre drumul luminii, căutând motive pentru „a se iubi” pe sine pe mai departe.

Este loc şi pentru smerenie în legătura deţinutului cu Dumnezeu? **Smerenia este indiciul unui progres al deţinutului în drumul spre Dumnezeu** şi un stimulent special pentru o activitate pastorală mai fertilă a preotului în mediul penitenciar.

6.4. „A fi sau a nu fi”... credincios?

Pentru răspunde la întrebarea hamletiană sus enunţată, este necesar să fotografiem **credinţa şi necredinţa** în specificul lor:

a) Din punct de vedere psihologic, „**credinţa** se manifestă şi se exprimă prin **gesturile, actele şi comportamentele omului**; ea devine **un mod de viaţă**, o modalitate de **exprimare a convingerilor proprii**, de trăire a vieţii cotidiene, nu doar vorbe îngânate „pe post” de rugăciune, cruci făcute în grabă sau participare formală la o Sfântă Liturghie sau la o altă ceremonie religioasă.” ***(I. Moldovan, 2001, p. 106)***

b) **Necredinţa** este absenţa credinţei religioase; „necredincioasă” este considerată persoana fără o credinţă religioasă.

Am putea remarca faptul că, asistăm la o „eternă luptă” între cei care spun „da” fenomenului religios (credincioşi) şi cei care spun „nu” oricărei forme de

transcendenţă (necredincioşi). Aceste două poziţionări opuse presupun fiecare o atitudine specifică, moduri de a fi diferite, tipuri diferite de a concepe viaţa; moduri opuse de a înţelege lumea şi sensul existenţei; moduri diferite de raportare ceea ce se află dincolo de cele văzute.

Din perspectivă psihologică se impun următoarele constatări:

a) Prin credinţa religioasă omul are **un raport cu o Fiinţă supranaturală**, transcendentă; este un contact invizibil, interior, o simţire „cu inima" (B. Pascal) a lui Dumnezeu, o experienţă lăuntrică a întâlnirii cu Dumnezeu care lipseşte cu desăvârşire necredinciosului;

b) această Fiinţă transcendentă nu este şi nu poate fi obiectul unei **cunoaşteri strict empirice sau pur raţionale**. Cunoştinţele teoretice elementare religios-teologice ajută la realizarea acestei cunoaşteri, dar nu o garantează; nefiind o cunoaştere cerebrală, specifică altor domenii umane de cunoaştere, ea nu este nici strict raţională, fără a fi însă anti-raţională. Această cunoaştere are însă mai multe etaje, cunoaşte intensităţi diferite.

c) cunoaşterea acestei Fiinţe transcendente, în mod uzual denumită „Dumnezeu", se poate face numai **prin revelarea Acesteia omului**, iar **nu printr-o îndârjită iniţiativă a omului**; Această Fiinţă se dezvăluie prin experienţe mistice şi religioase, care implică o anumită intuiţie din partea omului. „Dumnezeu" se relevă însă unei persoane proporţional cu setea acesteia de a-L cunoaşte. Există grade diferite de cunoaştere a Fiinţei transcendente.

d) Cunoaşterea Fiinţei transcendente **presupune implicit şi iubirea Ei**; **toţi cei care O cunosc, O şi iubesc**. O pot urî doar cei care n-o cunosc. **Odată cunoscută, ea dezarmează, respectiv toceşte potenţialul**

de ură al unui individ şi-l introduce într-o horă a iubirii; el devine tolerant, deschis, îngăduitor cu semenii. De obicei, urmează integrarea respectivului într-o „comunitate de iubire”, respectiv, o comunitate religioasă parohială. Cel care beneficiază de o astfel de experienţă, numită şi „întâlnirea cu Dumnezeu”, dobândeşte o nouă perspectivă asupra existenţei pământeşti: nu se mai teme de moarte, nu mai preţuieşte exagerat de mult lucrurile pământeşti şi posedă o foarte puternică certitudine a prelungirii vieţii de aici dincolo de moarte.

e) Credinţa în Fiinţa Supremă se mai poate defini şi ca **„încredere” în puterea Acesteia şi în intervenţia ei constantă pe pământ.** Credinciosul are convingerea fermă că Fiinţa Supremă nu este distantă, nu este neinteresată de direcţia în care merg lucrurile pe pământ, de dramele şi suferinţele oamenilor. Cu alte cuvinte, nu este nepăsătoare faţă de destinul oamenilor.

f) Credinciosul îşi percepe **propria credinţă ca pe o forţă, ca pe o energie** de care se poate folosi pe cărările acestei vieţi. Astfel, prin credinţă (şi graţie credinţei), el uneori dirijează realităţile din jurul său într-o manieră nevăzută. Cei din jur pot contesta acest lucru, dar el are certitudinea că lucrurile au fost conduse din umbră de Fiinţa Supremă la cererea sa. El proclamă deci, cu tărie, că are o legătură cu Fiinţa Supremă.

g) Credinţa mai poate fi definită ca o **stare de simţire a prezenţei Fiinţei Supreme în lume**; necredinciosul are o experienţă inversă, aceea a unei covârşitoare absenţe, a sentimentului că lucrurile merg la întâmplare înainte. Credinciosul în schimb are calmul specific omului care ştie că lucrurile sunt totuşi ţinute sub control.

Precum orice altă formă de comportament, şi **comportamentul religios are la bază o structură motivaţională**. Împlinirea de sine se realizează în cazul

comportamentului religios fie prin experienţe religioase, trăiri mistice profunde, extatice chiar, fie printr-o adâncă speranţă şi convingere de mântuire.

A. Vergote, într-o analiză psihologică a credinţei şi a necredinţei, amintea faptul că studiul psihologic al alternativei „credinţă-necredinţă” va trebui să identifice ceea ce, în psihicul uman, predispune la receptarea mesajului creştin.

Tipologii de trăire a credinţei

A. Güntern prezintă următoarele tipologii de **trăire a credinţei** ***(I. Moldovan, 2001, p. 143)***:

- **Tipul A.** Credinţa constă într-o călătorie cu Dumnezeu şi este o formă de a coborî istoria divină, supra-temporală, în istoria umană;
- **Tipul B**. Credinţa este o formă de a fortifica dimensiunea comunitară a umanului;
- **Tipul C.** Oamenii integraţi acestei categorii îşi trăiesc credinţa axându-o în mod esenţial pe **dorinţa de unire intimă, personală,** cu Dumnezeu, văzând relaţia cu Dumnezeu după modelul exclusivist conjugal;
- **Tipul D.** Îl aseamănă pe Dumnezeu cu mama lor de care au fost ataşaţi întotdeauna profund; este o relaţie mai puţin de parteneriat, precum cea anterioară, şi mai mult o formă de asigurare a protecţiei;
- **Tipul E.** Îl „percep” pe Dumnezeu ca fiind Bunătatea şi Frumuseţea prin excelenţă, fapt pentru care se raportează dezinteresat la Acesta cu iubire;
- **Tipul F.** Îl percep pe Dumnezeu în Creaţie în primul rând, văzându-L ca pe Cel care ordonează totul şi disciplinează lumea. În cazul acestora Dumnezeu este masculin, un tată autoritar, Care îşi impune voinţa;

- **Tipul G.** Recunoaşte în Dumnezeu un prieten puternic, dar în acelaşi timp îndepărtat, exterior lumii şi puţin prezent în ea.

La celălalt pol, M. Neraud conturează **o tipologie a necredinţei**: ***(I. Moldovan, 2001, p. 123)***

- **Tipul I.** Pentru aceştia viaţa nu are nici un fel de semnificaţie transcendentă, este absurdă, iar scopul ei ar putea fi doar bucuria şi plăcerea, iar acestea se pot obţine după cum crede fiecare de cuviinţă;
- **Tipul II.** Cei din această categorie consideră că a pune problema transcendenţei este ilegitim; pe pământ, obligaţiile pe care ni le asumăm au exclusiv motivaţii imanente, iar farmecul vieţii ar consta tocmai în împlinirea acestor obligaţii impuse de un anumit concept de „valoare”;
- **Tipul III.** Consideră că viaţa exprimă o tensiune spre un scop situat într-o oarecare măsură dincolo de ea, scop căruia nu i se poate preciza cu claritate semnificaţia.

PARTEA A II-A

CONSILIEREA PASTORALĂ

Capitolul 7

Ce este consilierea?

7.1. Conceptul de „consiliere psihologică”
7.2. Conceptul de „consiliere pastorală”
7.3. Conceptul de „consilierea psihopastorală” = spovedanie?

7.1. Conceptul de „consiliere psihologică”

Consilierea constituie o modalitate aparte de comunicare interumană, bazată pe încredere reciprocă, sinceritate şi disponibilitate, născută din dorinţa cuiva de a veni în ajutorul unui alt semen de-al său şi constând într-un transfer de experienţă şi de competenţă spre cel aflat în nevoie, prin acordarea spontană a unor îndemnuri şi sfaturi. Altfel spus, **consilierea** constituie un demers de comunicare cu caracter interactiv şi permisiv, prin care se oferă călăuzire unui semen într-o problemă care depăşeşte competenţele şi puterea de rezolvare a celui căruia i se adresează.

Utilizând un limbaj mai tehnic vom defini **consilierea** drept un proces intensiv de acordare a asistenţei psihologice pentru persoanele normale (în sensul de „sănătoase din punct de vedere psihic”) care doresc să se realizeze la un nivel superior, să se

autodepăşească într-o manieră mai eficientă, să înfrunte cu succes anumite probleme cu care se confruntă, să-şi atingă cu mai mare rapiditate obiectivele şi, în general, să-şi poată desfăşura activitatea cu mai multă coerenţă şi cu maxim randament.

Din punct de vedere terminologic, **consilierea psihologică** focalizează trei idei şi anume:

1) Este **un demers** de transmitere de sfaturi şi informaţii în probleme care depăşesc competenţa celui căruia i se adresează. Este o relaţie inter-comunicativă prin care psihologul, la solicitarea unei persoane care are de înfruntat anumite probleme (de ordin psihologic, cu precădere) pe care nu le poate rezolva singură, este ajutată la găsirea unei soluţii, i se fac anumite recomandări bazate pe informaţiile pe care le deţine psihologul, pe rezultatele investigaţiilor psihodiagnostice efectuate de acesta prealabil, precum şi pe propriile cunoştinţe şi pe experienţa sa anterioară de psiholog practician.

2) Ea mai este **o modalitate** de desfăşurare a asistenţei psihologice integrată în activităţi psihoterapeutice; este un procedeu complementar demersului psihoterapeutic. În aceste cazuri consilierea dobândeşte un caracter mai puţin directiv, conferind mai multă libertate subiectului, urmărind să-l abiliteze pe cel aflat în criză să-şi înţeleagă şi să-şi rezolve singur propriile probleme.

3) Consilierea mai **apare** în situaţii speciale care pun probleme de natură psihopatologică, înainte de a se iniţia anumite demersuri psihoterapeutice.

Dicţionarul Larousse esenţializează demersul nostru clarificator: **consilierea psihologică** reprezintă un act profesional efectuat de un psiholog consultant, în calitate de expert în domeniul vieţii afective sau al vieţii sociale. ***(N. Sillamy, 2006)***

După M. Golu **consilierea psihologică** presupune unitatea a trei secvenţe operaţionale în sens:

a) **informativ-evolutiv** = presupune recoltarea datelor diagnostice relevante pentru caz prin explorări variate, utile şi la stabilirea premiselor relaţiei de consiliere;

b) **formativ-profilactic** = cuprinde demersul de pregătire psihologică a subiectului pentru a înţelege cum poate să abordeze şi să rezolve mai bine propriile probleme; intervenţiile formative pregătitoare pot cuprinde şi demersuri de consiliere a factorilor educaţionali din mediul ambiant al subiectului, pentru a creşte şansele de evoluţie pozitivă a acestuia;

c) **intervenţii terapeutic-recuperative** = cuprind momentul intervenţiilor efective ale psihologului în vederea ameliorării sau înlăturării dificultăţilor subiectului şi a restabilirii echilibrului său adaptativ, şi apare doar în situaţia în care subiectul se apropie de elementele specifice psihoterapiei. ***(M. Golu, 2002)***

De-a lungul timpului, **consilierea psihologică** a beneficiat de o serioasă fundamentare teoretică, pornind de la:

1) Ch. Thomson, care face trimitere la psihologia dezvoltării umane, la psihologia dezvoltării conştiinţei de sine ca structură majoră a personalităţii, la viziunea ştiinţifico-psihologică asupra sănătăţii şi la teoria deciziei; ***(Ch. Thomson, 1992)***

2) I. Holdevici consideră consilierea ca fiind **o psihoterapie suportivă**, iar modelele teoretice ale psihoterapiei suportive pot fi extrapolate la sfera modelelor teoretice privind consilierea; ***(I. Holdevici, 2000)***

3) E. Ivey tratează demersul asistenţei psihologice similar interviului psihoterapeutic sau consiliator; ***(E. Ivey, 1994)***

4) M. Brammer consideră că demersul practic al consilierii presupune succesiunea a zece paşi, corespunzători unor procesualităţi decizionale, cum ar fi:

- Iniţierea relaţiei de comunicare apropiată cu persoana consiliată, stimularea colaborării;
- identificarea şi clarificarea problemelor respectivei persoane;
- determinarea şi analizarea posibilelor alternative în soluţionarea problemelor;
- recoltarea de informaţii;
- studierea implicaţiilor ce decurg din datele obţinute privitoare la subiect şi consecinţele ce pot decurge din punerea în aplicare a diferitelor alternative;
- propria clarificare a consilierului asupra sistemelor de valori ce stau la baza alternativelor pentru care optează;
- reexaminarea scopurilor, obiectivelor şi soluţiilor alternative, precum şi a riscurilor ce pot decurge din adoptarea unora dintre acestea;
- decizia clară cu privire la opţiunea pentru una dintre alternative şi formularea unui plan de acţiune;
- generalizarea celor învăţate pe baza actualului demers de consiliere şi perspectiva folosirii lui la noi situaţii de viaţă;
- testarea demersului parcurs pe baza unor reevaluări periodice, luând în considerare şi eventualele schimbări. ***(M. Brammer, 1989)***

În demersul nostru conceptual am acordat un loc aparte lui Carl Rogers care a analizat cu rigoare etapele procesuale ale consilierii, evidenţiind:

1) **Etapa iniţierii relaţiei de consiliere,** care constituie un moment de o importanţă crucială pentru întreaga durată a consilierii, acum creionându-se structura relaţiei de consiliere şi punându-se bazele

funcţionării optime a raporturilor inter-comunicative. Este momentul de conturare a cadrului fundamental de desfăşurare eficientă a acţiunii de consiliere.

C. Rogers subliniază că o consiliere eficientă trebuie să se fundamenteze pe **o relaţie bine structurată, permisivă**, care trebuie să-l ajute pe subiect să se înţeleagă pe sine însuşi în asemenea măsură încât să fie capabil să facă paşi fermi într-o altă direcţie decât cea care i-a determinat criza, respectiv să dobândească o nouă orientare în viaţă. Pentru aceasta este necesară:

- **stimularea comunicării** deschise, sincere;
- instaurarea unui **climat de înţelegere**, respect şi încredere;
- desfăşurarea liberă a unui interviu psihologic care să permită **recoltarea informaţiilor** despre subiect şi problemele sale;
- stabilirea structurii consilierii, implicit asigurarea premiselor necesare pentru cooperarea deplină între consilier şi persoana consiliată; aceasta din urmă trebuie să conştientizeze specificul demersului iniţiat şi faptul că pentru garantarea reuşitei este absolut necesară **totala ei participare**;
- **asigurarea credibilităţii** necesare şi garantarea **confidenţialităţii** asupra datelor personale.

Relaţia de consiliere va funcţiona optimal dacă comunicarea sinceră, deschisă, va fi însoţită de **înţelegerea empatică a subiectului** şi dacă consilierul va reuşi „să vadă lumea cu ochii” consiliatului şi să surprindă modul în care consiliatul se vede pe sine.

2) **Etapa identificării şi explorării problemelor subiectului.** În această etapă subiectul este ajutat să-şi exploreze şi să-şi înţeleagă propriile probleme, consilierul asistându-l doar, determinându-l

să-şi asume responsabilitatea rezolvării propriilor probleme. Obiectivele acestei etape sunt: a) explorarea şi analizarea fiecărei probleme în parte; b) specificarea naturii problemelor subiectului; c) stabilirea unei liste de priorităţi; d) determinarea gradului de severitate a problemelor acestuia şi selectarea doar a acelora care sunt de competenţa consilierului; e) facilitarea demersului de autoanaliză a problemelor şi a clarificării situaţiilor care au contribuit la geneza lor.

3) **Etapa planificării acţiunilor de rezolvare a problemelor.** Această etapă survine după ce consilierul obţine informaţiile relevante referitoare la caz, bineştiindu-se că nu se iniţiază procesul de intervenţie până ce consilierul nu s-a edificat deplin asupra cazului şi a naturii sale;

4) **Etapa de implementare a soluţiilor** face trimitere la aplicarea în viaţă de către subiect a soluţiilor propuse, lui revenindu-i rolul capital, fiind ajutat de consilier să întrevadă multiplele soluţii determinative şi să aleagă căile accesibile lui, ca beneficiar al întregului demers de consiliere. Încheierea demersului consiliator se realizează doar atunci când consilierul are certitudinea că subiectul s-a deprins să găsească personal soluţii nu doar la vechile probleme, ci şi la eventualele noi probleme ce vor apărea. ***(C. Rogers, 1996)***

A. Băban integrează în **consilierea psihologică şi educaţională** perspectiva umanistă dezvoltată de Carl Rogers. Astfel, problemele psihice nu mai sunt lecturate doar clasic, în termeni de „tulburare” şi „deficienţă”, ci sunt contextualizaţi parametrului mai larg al nevoii de autocunoaştere, de întărire a „Eu”-lui, de dezvoltare personală şi de adaptare. În acest sens, rolul principal nu îi mai revine psihologului văzut ca un super-expert, ci succesul este asigurat de implicarea activă şi responsabilă a ambelor părţi (consilierul şi persoana

consiliată) prin realizarea unei alianţe autentice, bazată pe respect şi încredere reciprocă.

A ajuta şi a credita persoana ca fiind capabilă să îşi asume propria dezvoltare personală, să prevină diversele tulburări şi disfuncţii, să găsească soluţii la problemele cu care se confruntă, să se simtă bine cu sine, cu ceilalţi şi cu lumea în care trăieşte, reprezintă **valorile umaniste** ale consilierii psihologice. ***(A. Băban, 2001)***

Definirea consilierii impune şi accentuarea anumitor caracteristici ce o disting de alte arii de specializare ce implică asistenţa psihologică:

1) **Tipul de persoane cărora i se adresează**. Acestea sunt persoane normale, care nu prezintă tulburări psihice sau de personalitate, nici deficite intelectuale sau de altă natură; prin demersurile pe care le presupune, consilierea ajută subiectul să facă faţă mai eficient stresului şi sarcinilor vieţii cotidiene, îmbunătăţindu-şi astfel calitatea vieţii;

2) **Utilizarea unui model educaţional şi a unui model al dezvoltării** (nu unul clinic şi curativ). Sarcina consilierului este de a deprinde persoana/grupul cu noi strategii comportamentale, să determine subiectul să îşi valorizeze potenţialul existent şi să îşi dezvolte noi resurse adaptative, consilierea facilitând şi canalizând atingerea unui nivel optim de funcţionare.

3) **Preocuparea pentru prevenţia problemelor ce pot împiedica dezvoltarea şi funcţionarea armonioasă a persoanei**. Strategia de prevenţie constă în identificarea situaţiilor şi grupurilor de risc şi în acţiunea asupra lor mai înainte ca acestea să producă efecte negative, declanşând „crize” personale sau de grup.

Procesul de consiliere pune deci accentul pe dimensiunea de prevenţie a tulburărilor emoţionale şi comportamentale, pe cea a dezvoltării personale şi pe cea a rezolvării de probleme.

7.2. Conceptul de „consiliere pastorală”

Comunităţile religioase au încercat şi au reuşit din cele mai vechi timpuri să ofere **soluţii de natură spirituală persoanelor aflate în suferinţă**. În mod exclusiv clericii au fost aceia care s-au ocupat, timp de secole, de problemele oamenilor, cultivând **consilierea duhovnicească, pentru a-i ajuta pe cei care au suferit de tulburări mentale şi emoţionale**. Consilierea spirituală tradiţională continuă să ajute multe dintre aceste persoane. S-a recunoscut totuşi, de câteva decenii încoace, că **în numeroase cazuri este necesar** – pentru ca tratamentul să fie eficient şi intervenţia să fie performantă la maxime cote – **ajutorul unor persoane specializate**.

Legătura intimă dintre **bunăstarea spirituală şi emoţională** a început să primească mai multă atenţie în urmă cu aproximativ 50 de ani, când reverendul Anton Boisen, părintele Mişcării de Educaţie Pastorală şi Clinică, a realizat un program educativ inovativ: cercetarea **legăturilor istorice dintre credinţă şi sănătatea mentală**.

Folosirea religiei şi a psihologiei în scopuri psihoterapeutice a reînceput în anul 1930, prin colaborarea dintre Norman Vincent Peale, un preot celebru, şi Smiley Blanton, un psihiatru de mare calibru, care au format împreună Fundaţia Americană de Religie şi Psihiatrie, astăzi Institutul Blanton-Peale. Cu trecerea anilor, rolul consilierii pastorale a evoluat de la consilierea religioasă sau spirituală la psihoterapia pastorală, care integrează teologia şi ştiinţele comportamentale.

Una dintre principalele realizări ale lui Carl Jung, ca psihanalist şi ca scriitor, a fost **introducerea spiritualităţii în psihologie.** Un alt autor influent,

Abraham Maslow, a introdus **aspectele spirituale în terapie**. William James, primul psiholog american influent, a studiat experienţa religioasă ca expresie a nivelelor de dezvoltare. Psihiatrul Karl Menninger a fost un pionier în integrarea psihologiei şi disciplinelor teologice, deoarece credea în „natura inseparabilă a sănătăţii psihice şi spirituale”, M. Scott Peck, psihiatru, autor de best-selleruri, exprimă cu succes această credinţă în ziua de astăzi.

Asociaţia Americană a Consilierilor Pastorali (A.A.C.P.) a fost fondată în 1963 ca o organizaţie ce autorizează consilierii pastorali, acreditează centrele de consiliere pastorală şi aprobă programele de pregătire. Este o organizaţie interreligioasă, reprezentând peste 80 de grupuri profesionale, incluzând protestanţii, catolicii şi evreii. Nu include secte, dar respectă angajamentele spirituale şi tradiţiile religioase ale acelora care doresc asistenţă, fără să impună consiliatului convingerile religioase ale consilierului. „Este logic ca religia şi psihologia, ambele preocupate de îmbogăţirea experienţei umane, să fie recunoscute drept partenere, deoarece **ele funcţionează ca partenere în psihicul uman**”, spunea dr. Artur Caliandro.

Consilierea pastorală este o formă unică de consiliere care foloseşte în egală măsură **resurse spirituale şi psihologice** pentru a ajuta la vindecarea şi confortul psihic al oamenilor. Ea este oferită de către un consilier pastoral autorizat, care nu este doar un specialist în tulburări mentale, ci are şi o pregătire religioasă profundă.

În SUA, **consilierii pastorali** îşi oferă serviciile în zone ca: tratamentul pentru persoanele suferinde de boli mintale; consilierea pentru adulţi, adolescenţi, copii, familii şi cupluri; programe de binefacere; meditaţie religioasă; călăuzire duhovnicească; pregătire

clinică; oferire de consultanţă unor corporaţii; oferire de servicii preventive pentru cei din închisori, stabilimente militare şi şcoli; oferirea de educaţie comunităţilor etc.

Există astăzi tot mai mulţi oameni care preferă să fie consiliaţi de o persoană exponentă a valorilor spirituale, cerând ca valori religioase să fie respectate şi integrate în procesul de consiliere.

Totodată, comunităţile religioase sunt principalele medii în care indivizii caută asistenţă în caz de: depresie, disperare, conflict marital, dependenţă de alcool şi droguri, violenţă familială, delincvenţă juvenilă şi SIDA.

Astfel, s-a ajuns ca în zilele noastre, la americani (cei la care am făcut remarcile anterioare), consilierea pastorală să meargă mult dincolo de sprijinul sau încurajările pe care le poate oferi o comunitate religioasă prin oferirea unei **terapii psihologice adecvate** care se **integrează în dimensiunea spirituală şi religioasă**.

7.3. Raportul „consiliere psihopastorală” – spovedanie

Ce au în comun aceste două realităţi şi cum interacţionează ele? Este adevărat, ambele presupun o **descărcare a poverii sufletului**, dar, fiecare (consilierea psihopastorală şi spovedania) îşi au palierele lor specifice de acţiune, chiar dacă în multe cazuri tehnicile de abordare sunt comune.

Drept mărturie stă chiar o oarecare similitudine care se poate observa între metodologia de realizare a spovedaniei propusă în cărţile de ritual aflate în uzul clericilor şi tehnica psihanalitică. Nevoia de interiorizare şi desprinderea de realitatea imediată, obţinută de psihanalist prin ambientul anodin şi

relaxant, cu **excluderea terapeutului din câmpul vizual al pacientului**, se realizează şi la spovedanie, prin „izolarea” credinciosului de preot fie printr-un perete despărţitor (specific spaţiului religios romano-catolic), fie **prin acoperirea cu un veşmânt (patrafirul) la ortodocşi** şi crearea atmosferei de intimitate şi interiorizare necesare autoanalizei şi introspecţiei. ***(P. Vintilescu, 1995).***

Cele două realităţi nu trebuie deci confundate sau egalizate, chiar dacă cercetătorul lipsit de simţul nuanţelor va avea această tendinţă, în virtutea similitudinilor existente. Dicţionarul explicativ al limbii române defineşte verbul „a spovedi” astfel „a mărturisi unui duhovnic greşelile făcute, spre a obţine iertarea lor, a mărturisi cuiva o taină, a se destăinui”.

E momentul de a face o anumită distincţie între: a mărturisi greşelile făcute spre a obţine iertarea lor, fapt realizat prin spovedanie, prin care creştinul se şi eliberează de cele rele acţiunea pur imanentă de consiliere psihologică, care îl ajută pe subiect să-şi identifice problema, să-şi planifice acţiunile de rezolvare a ei şi să implementeze soluţii de rezolvare.

Spovedanie are în teologie statutul de **„taină”**, în sensul că ei i se recunoaşte o dimensiune sacramentală, ea presupune o acţiune directă şi nemijlocită a harului divin, respectiv intervenţia unei energii de dincolo de lume în realităţile pământeşti, pe când consilierea psihopastorală nu beneficiază de o încărcătură sacramentală, nu dispune de aceeaşi forţă terapeutică. Cert este că aceste două realităţi se află într-un **raport de complementaritate**.

Trăirile religioase şi sentimentul sacrului diferă de la persoană la persoană, reflectând individualitatea conceptuală şi emotivă a fiecăruia. „Există atâtea feluri

de experienţe religioase, câţi indivizi cu dispoziţii religioase sunt pe pământ”. ***(I. Moldovan, 2001, p. 57)***

Profilul sentimentului religios ajuns la maturitate

a) Este **bine diferenţiat, bogat, complex, organic şi multiform**. Apare şi se stabilizează în urma mai multor discriminări succesive şi a mai multor reorganizări, începute în copilăria târzie sau în adolescenţă. Acceptă întâlnirea cu divinitatea.

b) Are un **caracter dinamic şi derivat**. Poate deriva din tendinţe egoiste, din entuziasme copilăreşti, din tumulturi organice, însă nu este aservit. Întotdeauna **acţionează ca motiv dominant** având o putere motivaţională autonomă printre impulsurile primare, chiar dacă este ataşat unor dorinţe sau este independent. Pe parcurs, **devine o trăsătură dominantă a personalităţii**.

c) Este **coerent şi obiectiv**, adică are urmări în plan moral, depăşind cenzura dintre religie şi moralitate, favorizând **corelarea conduitei cu idealurile** şi **traducând conţinutul personal al gândirii şi al sentimentelor în acţiuni.**

d) Are **un caracter comprehensiv** prin care oferă personalităţii o viziune unitară asupra existenţei universului.

e) Are o **natură integrală**, în sensul că acţionează în modul de a forma **un model omogen** şi tinde să dea viaţă unei concepţii armonice asupra realităţii, ajutând subiectul să răspundă cerinţelor teoretice şi culturale ale timpului, înscriindu-se în contextul ştiinţific în care trăieşte. ***(I. Moldovan, 2001, p. 98)***

Capitolul 8

Abordarea consilierii pastorale

8.1. Identitatea consilierului pastoral

Pentru a-şi onora misiunea, consilierul pastoral trebuie să deţină toate calităţile unui bun consilier psihologic, cărora li se mai adaugă exigenţele speciale existente în raport cu un om performant în „cele ale credinţei” şi bine pregătit din punct de vedere teologic.

În acest context, **consilierul** este o persoană cu o pregătire atât psihologică, cât şi teologică, care în derularea activităţii sale va porni de la convingerea că 1). toate persoanele sunt speciale şi valoroase întrucât sunt unice, create de Dumnezeu din iubire; 2). fiecare persoană este responsabilă pentru propriile sale decizii, şi este liberă, întrucât în ea a investit încredere şi dragoste însuşi Dumnezeu.

C. Rogers expune cinci **puncte principiale** de abordare teoretică a consilierii pastorale:

1. Existenţa unui raport inter-comunicativ între consiliat şi consilier;
2. Prezenţa unei solicitări (explicite sau implicite) de ajutor din partea persoanei consiliate;
3. Sinceritatea şi autenticitatea în raportul consiliat - consilier;
4. Capacitatea consilierului de a-şi exprima atitudinea pozitivă faţă de subiectul abordat;
5. Capacitatea de înţelegere empatică a cadrului de referinţă al consiliatului.

C**onsilierul** trebuie să ajute subiectul să-şi facă lumină asupra propriei probleme conturând

perspectivele ameliorative, familiarizându-l cu demersul de rezolvare.

Dintre obiectivele metodologice ale consilierului pastoral enumerăm: 1. stabilirea unui acord în doi referitor la scopurile principale urmărite; 2. stabilirea unor strategii de acţiune; 3. conştientizarea unei ierarhizări a obiectivelor.

Atitudinea predominantă a **consilierului pastoral** trebuie să fie una de acceptare pozitivă a subiectului. Apropierea caldă, sinceritatea şi naturaleţea comunicării vor contribui la eliminarea reţinerilor sau a blocajelor interioare. De asemenea, se recomandă să se insiste asupra libertăţii depline pe care interlocutorul o va avea în legătură cu subiectele abordate, să-l asculte cu răbdare, ajutându-l să depăşească momentele de tăcere, făcându-l să înţeleagă că el este liber să spună orice despre sine şi nu va fi constrâns să vorbească despre subiecte pe care nu doreşte să le abordeze.

În mediile bisericeşti este vehiculat uneori (totuşi, rar) şi termenul de **consilier pastoral terapeut**. Despre această identitate, literatura de specialitate laică oferă mai puţine referinţe. Ea îl vizează în general pe consilierul psihologic teolog cu competenţe psihoterapeutice. În general, sunt extrem de puţine persoanele care au reuşit să dobândească o triplă competenţă (preot, psiholog şi medic psihiatru) validată ştiinţific prin dobândirea unor licenţe universitare.

Irina Holdevici identifică câteva stiluri eronate de consiliere, care îl pândesc şi pe consilierul pastoral neexperimentat.

a) Stilul bazat pe **aderarea non-conflictuală**, caracteristic unei persoane care găseşte o singură modalitate de rezolvare a problemei şi merge pe această direcţie chiar dacă rezultatul este dezastruos; în cadrul consilierii este vorba de o persoană care crede cu tărie

într-o anumită teorie psihologică şi o aplică nediferenţiat, indiferent de situaţie;

b) Stilul bazat pe **schimbarea non-conflictuală,** caracteristic consilierului care îşi modifică rapid ideile, adesea fără a reflecta prea mult, acesta adoptând o atitudine eclectică, fără a avea un motiv bine întemeiat s-o facă;

c) Stilul de decizie **defensiv-evitant** este caracteristic persoanelor care neagă problemele sau, pur şi simplu, refuză să se aplece asupra lor. Consilierii care aparţin acestui tip, nu reuşesc să-i determine pe interlocutorii lor să-şi analizeze suficient de profund problemele şi, de regulă, se comportă suspect de amabil;

d) Stilul de decizie **hipervigilent** caracterizează persoana care este conştientă de multitudinea posibilităţilor existente, dar care este, în acelaşi timp, anxioasă şi preocupată de a nu fi omis vreun element important; aceşti consilieri sunt excesivi de stresaţi şi de stresanţi;

e) Stilul **vigilent,** considerat a fi cel mai eficient pentru consilierea psihologică, se caracterizează prin aceea că persoana este suficient de motivată şi activată pentru a se angaja în sarcini cognitive de luare de decizii, dar niciodată atât de motivată încât supra-activarea să-i afecteze eficienţa cognitivă, iar consilierul vigilent va fi permanent dispus şi deschis şedinţelor de psihoterapie. ***(Irina Holdevici, 1996, p. 120)***

Atenţia consilierului pastoral trebuie să se centreze pe credincios, acesta fiind cel asupra căruia se acţionează, care trebuie să beneficieze de intervenţia consiliatoare. Propria personalitate trebuie să fie disciplinată, altminteri îl poate eclipsa pe interlocutor periclitând întreaga acţiune de consiliere.

8.2. Profilul consilierii individuale şi de grup

Pentru a-şi atinge scopul, consilierea psiho-pastorală trebuie să răspundă solicitărilor credinciosului astfel încât consilierul să influenţeze în mod pozitiv evoluţia evenimentelor viitoare.

De aceea, cunoaşterea şi apoi aplicarea **principiilor codului deontologic al psihologului consilier** ridică ştacheta valorii autentice şi a celui care practica consilierea pastorală. Dintre principii amintim**:** **1.** păstrarea caracterului confidenţial al datelor obţinute în urma întâlnirii; 2. consilierul trebuie să fie conştient de propriile limite; 3. evitarea solicitării excesive a unor detalii irelevante; 4. subiectul trebuie permanent tratat cu respect, blândeţe, onestitate şi o atitudine de totală acceptare. ***(I. Holdevici, 1996, p. 21)***

Practic, consilierul pastoral va porni în abordarea credinciosului de la identificarea fără dubiu a problemei respectivului (1), elaborarea unor soluţii alternative (2); opţiunea pentru o anumită alternativă şi implementarea ei în practică. ***(I. Holdevici, 1996, p. 22)***

A. Băban formulează astfel etapele intervenţiei: 1. **definirea problemei; 2. descrierea problemei** (manifestarea ei comportamentală, cognitivă şi emoţională); 3. **identificarea posibililor factori de apariţie şi dezvoltare a problemei** (pas indispensabil în eliminarea ei); 4. **identificarea factorilor de menţinere şi de activare a problemei; 5. planul de intervenţie** (cuprinde totalitatea modalităţilor de realizare a intervenţiei, etapele formulării planului fiind mai multe: formularea obiectivului de lungă durată, formularea obiectivelor specifice şi a strategiilor de intervenţie). **6. evaluarea intervenţiei.**

În ceea ce priveşte consilierea de grup, G. Ionescu subliniază faptul că structura trebuie să cuprindă

aproximativ zece membri, dintre care, în general şase, să formeze un nucleu de grup cu participare constantă, absolut necesar coeziunii interpersonale; ceilalţi vor constitui o „zonă” intermediară, probabil cu prezenţă inconstantă şi slabă adeziune. ***(G. Ionescu, 1990)***

Din punct de vedere metodologic, consilierul pastoral trebuie să ţină cont şi de **vârsta** participanţilor (să fie relativ apropiată), **sexul** lor (grupul poate fi mixt sau nu, acest lucru depinzând de atitudinea participanţilor şi de tematica şedinţei), de **nivelul socio-cultural şi individual** (impediment sau stimulent la gradul de angajare a unora), **locul şi ambianţa sălii** (ambianţa, gradul de iluminare, comoditatea mobilierului, distanţa de o lungime de braţ dintre piesele de mobilier etc.), **atmosfera activităţii** (plăcută, caldă, garantând încredere şi siguranţă, dovedind preocupare din partea consilierului), **prezenţa la întâlnirile de consiliere** (prin instituirea, prin comun acord, a unor reguli interne ale grupului, respectate ca atare), **ritmicitatea şedinţelor** (săptămânal, menţionându-se că e bine a respecta aceeaşi zi, acelaşi loc, aceeaşi oră), **durata întâlnirilor** (între 60-120 minute, în medie 90 de minute/mai ales la grup), n**umărul întâlnirilor (**între minim două şi maxim 50, în funcţie de problematica supusă atenţiei).

Consilierul pastoral trebuie să respecte anumite exigenţe: nu începe terapia fără o analiză temeinică şi complexă a problemei; nu începe singur, ci în conlucrare cu subiectul interesat; nu abordează probleme intime din prima şedinţă; nu dă lecţii de moralitate, nu ţine „predici” de la început; nu spune „sunt mai multe cazuri cu aceeaşi problemă”; discută orice aspect al terapiei cu consiliatul; se axează pe problemă.

8.3. Instrumente abilitate acţiunii de consiliere pastorală

O consiliere pastorală pertinentă nu poate face abstracţie de fundamentele psihologice specifice consilierii în general. Vom prezenta strategiile propuse de Carl Rogers (o consiliere centrată pe persoană) şi Ablert Ellis (o consiliere raţional-emotiv comportamentală).

* * *

a) **Carl Rogers** propune un model de consiliere pastorală în care în centrul atenţiei se află persoana celui consiliat; tocmai de aceea o numeşte şi „centrată pe persoană”. El este foarte atent la forţele motivaţionale esenţiale ale consilierii, întrucât acestea constituie energiile interioare care-i decid destinul final. În esenţă, acesta este modelul teoretic al **consilierii centrate pe persoană**. Modelul se integrează în marea categorie a abordărilor experienţial-umaniste, distingându-se prin:

1. Se acordă **o mare autonomie şi independenţă subiectului consiliat**, plecându-se de la premiza că acesta este apt să se înţeleagă pe sine;

2. Demersul de consiliere este „centrat” pe subiect în sensul că acesta deţine **rolul principal**, consilierul fiind doar un facilitator al relaţiei; relaţia constituie o şansă pentru consilier de **determinare a unor transformări constructive în dezvoltarea personalităţii subiectului** consiliat;

3. Spre deosebire de alte modelele (dinamice/psihanaliza, comportamentale etc.), consilierea centrată pe persoană **acordă un rol important factorilor afectivi, emoţionali** şi modului în care persoana consiliată **se percepe pe sine**; consilierul are obligaţia să se auto-situeze în punctul de vedere al consiliatului;

4. Consilierea centrată pe persoană acordă **o mai mare importanţă trăirilor prezente,** în comparaţie cu cele legate de trecut („istoria cazului”);

5. Relaţia consiliat-consilier este considerată drept cadrul esenţial, determinator pentru demersul şi soarta finală a consilierii.

Carl Rogers este cel care a introdus termenul tehnic de „**persoană total funcţională**”. O astfel de persoană este caracterizată prin: deschidere spre experienţă, cu abilitatea de a percepe lumea cu obiectivitate; ea este raţională, aptă să dea curs tendinţelor fireşti de realizare, nedefensivă; se angajează în procesul existenţial al vieţii; are **încredere în sine** şi în sistemul personal de valori; este capabil să înţeleagă şi să interpreteze în mod adecvat experienţele sale de viaţă; îşi asumă responsabilitatea pentru propriul comportament; este capabilă să accepte propriile diferenţe; este aptă să stabilească raporturi creative cu mediul înconjurător; îi poate accepta pe ceilalţi ca individualităţi unice; este în măsură să trăiască sentimentul demnităţii personale, respectul şi preţuirea de sine; îi poate aprecia pe ceilalţi; poate relata deschis despre propriile experienţe.

De asemenea, Carl Rogers introduce **paradigma schimbării** în abordarea personalităţii şi consideră ca **un scop complementar al consilierii, pregătirea persoanei pentru schimbare**, pentru adaptarea la schimbare, pentru a face faţă unor mutaţii viitoare, rezultând termenul de „**persoana de mâine”.** Astfel, acest tip de persoană se caracterizează prin: deschidere către lume; dorinţă pentru autenticitate; dorinţă de a se împlini ca fiinţă; aspiraţie spre intimitate; grijă pentru ceilalţi; aspiraţii spre valori spirituale.

Unul din scopurile consilierii este acela de asigurare a premiselor pentru dezvoltarea resurselor interioare care să asigure eficacitatea adaptativă a persoanei.

b) **Albert Ellis** elaborează o concepţie asupra raţionalităţii comportamentelor umane, analizând principalele **tipuri de idei sau credinţe iraţionale** care pot avea un anumit **potenţial autodistructiv** şi care se impun a fi identificate, analizate şi depăşite sau înlăturate prin consiliere. Aceste idei şi convingeri iraţionale pot avea un impact profund negativ asupra vieţii oamenilor, generând conduite disfuncţionale şi multă nefericire.

În concepţia sa, fiinţa umană urmăreşte în mod esenţial trei obiective fundamentale de viaţă cum ar fi: 1. **supravieţuirea; 2. evitarea suferinţei; 3. asigurarea unui nivel rezonabil de satisfacţie**, la acestea trei adăugându-se alte scopuri secundare, care fac trimitere la tendinţa de a obţine o „stare de bine" în diferite momente ale vieţii: să se simtă confortabil cu el însuşi; să se simtă bine în relaţiile sale personale mai intime; să atingă starea de bine în comunitatea socială; să atingă starea de bine în muncă; să atingă starea de bine în activităţile de timp liber, de ordin creativ, de relaxare.

Cunoscut prin „**Teoria ABC asupra personalităţii**", bază a abordării emotive de tip comportamental, Ellis identifică trei puncte:

A = reprezintă evenimentele „sursă" de viaţă şi entuziasm;

B = reprezintă convingerile fundamentale cu care operează omul, ideile şi „credinţele" prin intermediul cărora el percepe religia (aceste idei sau credinţe pot fi raţionale sau iraţionale);

C = reprezintă consecinţele emoţionale şi comportamentale determinate de modul în care omul percepe şi interpretează situaţiile de viaţă, în perspectiva convingerilor sale;

Totodată A. Ellis consideră că, în mod esenţial, **starea de bine** a omului este generată mai mult de ideile sau credinţele sale, de perspectiva pe care şi-o face asupra unor evenimente, decât, propriu-zis, de respectivele evenimente de viaţă.

Scopul central al acestei consilieri ar fi **formularea unor convingeri raţionale,** inteligente, garant al unei vieţi sănătoase; un alt scop ar fi deprinderea consiliatului de a se orienta într-o manieră matură pe parcursul acestei vieţi, ştiind interpreta cu inteligenţă evenimentele, controlându-şi emoţiile, totul concretizându-se într-un model raţional de comportament, cu o filozofie adecvată de viaţă.

În accepţia lui Albert Ellis, etapele consilierii sunt: 1. lămurirea subiectului asupra modului în care **anumite conduite proprii sunt iraţionale** şi demonstrarea raportului ce există între anumite credinţe iraţionale şi problemele pentru care a solicitat consiliere; **2. identificarea credinţelor sale iraţionale** şi a modului în care ele îi perturbă conduitele şi demonstrarea faptului că problemele sale sunt menţinute şi chiar intensificate de unele dintre aceste credinţe (tocmai de aceea ele trebuie înlăturate); **3.** realizarea de către subiectul consiliat a unor acţiuni asistate de consilier în vederea abandonării ideilor iraţionale şi **construirea unui model de gândire a comportamentului raţional**; **4. extinderea dezbaterilor dincolo de graniţele ideilor constante** la subiectul consiliat, astfel încât să pregătim subiectul pentru formularea unei noi filosofii, sănătoase, de viaţă.

Atât Carl Rogers cât şi Albert Ellis au demonstrat o înţelegere aparte a consilierii psihologice, având o viziune perfect integrabilă sistemului teologic-pastoral, lipsită de asperităţi sau incongruenţe incompatibile cu viziunea creştină de ansamblu promovată în mediile bisericeşti.

8.4. Locul şi rolul „ascultării” în consilierea pastorală

Conceptul psihologic de „ascultare” (utilizat frecvent pe parcursul acestui capitol) nu trebuie confundat cu conceptul monahal de „ascultare” din mediile ecleziastice. Conceptul monahal de „ascultare” face referinţă la datoria călugărului de a se supune fără a comenta, analiza sau negocia o decizie a superiorului, întrucât aceasta este inspirată de însuşi Dumnezeu şi este sursă de pace interioară pentru el; conceptul psihologic de „ascultare” va fi analizat minuţios în cele ce urmează.

Consilierul pastoral trebuie să-şi exerseze **abilitatea de a asculta**, adică de a sta în prezenţa consiliatului pentru a-l auzi depănându-şi frământările, nedumeririle, tulburările interioare, având o atitudine deschisă, îngăduitoare, pozitiv-„absorbantă”. Astfel va dobândi informaţia necesară înţelegerii cazului respectiv, va recepta cu obiectivitate mesajul transmis de interlocutor, va crea sentimentul unei cooperări fructuoase cu consiliatul şi va garanta o atmosferă de reciprocitate destinsă.

Dacă consilierul ştie să asculte, atunci îi va încuraja pe ceilalţi, va obţine informaţii complete, netrunchiate, îşi va ameliora relaţiile cu ceilalţi, va rezolva problemele, va beneficia de o mai bună înţelegere a oamenilor.

Zece principii ar trebui să ne călăuzească pe drumul desăvârşirii abilităţii noastre de „a asculta”: **1. Fiţi pregătit să ascultaţi,** încercaţi să vă gândiţi mai mult la ceea ce vorbitorul încearcă să spună, decât la ceea ce aţi dori dumneavoastră să spuneţi; **2. Fiţi interesat,** căci orice mesaj venit din partea interlocutorului poate fi nu doar interesant, ci relevant pentru cazul studiat; **3. Arătaţi-vă interesat,** puneţi-vă în locul celui care vorbeşte; **4. Păstraţi-vă mintea deschisă;** nu trebuie să vă simţiţi ameninţat de acele mesaje care vă contrazic convingerile, atitudinile, ideile şi valorile, deci, nu faceţi aprecieri pripite; **5. Urmăriţi ideile principale;** Este esenţială abilitatea de restructurare a mesajului, a limbajului folosit, iar tendinţa vorbitorului de a se repeta nu trebuie să vă bulverseze; **6. Ascultaţi critic,** fiţi imparţial, fapt care vă va ajuta să cântăriţi cu atenţie valoarea dovezilor şi structura logică a mesajului; **7. Ascultaţi cu atenţie,** atenţia poate fi fluctuantă şi selectivă, de aceea, încercaţi să nu vă lăsaţi distras de altceva; **8. Luaţi notiţe,** ascultaţi cu atenţie şi notaţi după ce a terminat vorbitorul; **9. Ajutaţi vorbitorul,** prin gesturi discrete care dau vorbitorului certitudinea că este ascultat, iar mesajul său este recepţionat; **10. Nu-l întrerupeţi pe vorbitor;** ascultarea este un proces de autocontrol, iar un bun ascultător nu încearcă să întrerupă comunicarea.

În aceeaşi categorie a abilităţilor speciale se numără şi capacitatea consilierului pastoral de a-şi **structura interviul**. A. E. Ivey porneşte în realizarea interviului de la respectarea a cinci paşi, sub forma interogaţiilor adresate credinciosului: **1. Petreceţi un anumit timp pentru stabilirea unei relaţii solide cu interlocutorul?** (Timpul „consumat” cu sudarea unei relaţii va da roade pe măsură); **2. Conturaţi simultan în mintea dumneavoastră faptele, sentimentele şi modul**

de organizare al respectivei probleme? (Dacă v-aţi focaliza atenţia doar asupra uneia dintre aceste dimensiuni, veţi pierde date de valoare); 3. **Dumneavoastră sau cealaltă persoană, aveţi un scop în minte sau doar staţi de vorbă? (**Dacă nu ştiţi înspre ce vă îndreptaţi, s-ar putea să ajungeţi în altă parte); 4. **Permiteţi celeilalte persoane să-şi exprime complet propriile idei, înainte de a-i oferi dumneavoastră sfaturi sau sugestii?** 5. **Sugeraţi acţiuni specifice de control periodic, astfel încât noile idei să fie puse în aplicare mai înainte de a fi uitate?**

După ce sunt realizate segmentele descrise anterior, consilierul pastoral va trebui să-l determine (pe baza încrederii pe care credinciosul a dobândit-o în el) **să-şi spună povestea;** ascultându-l, va trebui să demonstreze că deja este exersat în următoarele **abilităţi:**

1) Abilitatea **de a-şi determina** interlocutorul să-şi spună povestea în limbajul propriu şi din perspectiva proprie. Consilierul va putea urmări modul în care acesta îşi organizează relatările.

2) Abilitatea **de a genera** un număr infinit de răspunsuri. Consilierul nu trebuie să fie obsedat de găsirea răspunsului „corect” sau „optim”, ci trebuie să se găsească „un răspuns al inimii”, respectiv să fie foarte flexibil;

3) Abilitatea **de a demonstra** deprinderi de influenţare pozitivă;

4) Abilitatea **de a conduce** un interviu bine structurat;

5) Abilitatea **de a se angaja** într-un antrenament asertiv. Este important ca interlocutorul să fie determinat să vorbească despre sine într-o manieră echilibrată, nefiind nici prea blând, nici prea agresiv.

Metodologic, prima etapă a ascultării urmăreşte să-l ajute pe consiliat să-şi selecteze, să-şi ordoneze

logic faptele şi sentimentele şi să le organizeze. Consilierul pastoral se va folosi de întrebări deschise şi închise, de încurajări minimale, parafrazări, sumarizări, pentru a-l ajuta să-şi sorteze faptele şi sentimentele.

A doua secvenţă o reprezintă **căutarea pozitivă,** respectiv identificarea aspectelor pozitive din relatarea consiliatului, a competenţelor şi a forţei interioare a acestuia. Dacă se va realiza chiar o listă a acestor calităţi, un prim element al unui plan de interacţiune de viitor s-a realizat. ***(A. E. Ivey, 2002)***

Capitolul 9

Exercitarea actului de consiliere pastorală

9.1. În familie
9.2. În şcoală
9.3. În comunitate (biserică, spital, penitenciar, ONG-uri etc.)

9.1. În familie

Familia, „celula de bază a societăţii”, constituie un inevitabil punct de reper pentru fiecare individ. Cultivarea unui adevărat cult al familiei poate constitui secretul salvării omului din toate punctele de vedere. Respectul reciproc între soţi, părinţi, bunici etc., are un efect profilactic în faţa izbucnirii vijelioase a crizelor. El face ca „fisurile” familiei să nu se transforme în „prăpăstii”.

Este bine să fie reconsiderat locul şi rolul fiecărui membru al familiei precum şi rostul intervenţiei consilierului pastoral, vocaţia acestuia de „umăr“ de îmbărbătare şi compasiune atunci când ceva anume tulbură pacea căminului. El trebuie să readucă echilibrul într-o familie, ştiind să reconfere credit respectului reciproc într-o familie.

Înainte de a ajunge la familie, avem de-a face cu un „cuplu” în care dragostea este proclamată liant al unităţii. După căsătorie, copilul va uni şi mai mult destinul celor doi, soţia se transformă în mamă, iar soţul, la rândul său, devine tată, noile responsabilităţi transfigurându-le statutul.

În literatura de specialitate, părinţii sunt grupaţi în cinci categorii: echilibraţi, indiferenţi, exageraţi, autoritari şi inconsecvenţi.

1. Copilul părinţilor **echilibraţi** are drepturi şi obligaţii egale cu ceilalţi membri din familie şi participă intens la viaţa întregii familii; într-o astfel de familie se oferă dragoste, dar se şi pretinde responsabilitate. Copilul va avea deci încredere în sine, se va şti autocontrola; va fi fericit, prietenos, echilibrat din punct de vedere emoţional, iar în raport cu ceilalţi, va stabili uşor relaţii de prietenie, având mari şanse de reuşită în viaţă, precum şi perspective de a fi generos şi fericit.

2. Copilul părinţilor **indiferenţi.** Cu acest tip de părinţi copilul se va izbi frontal de o atitudine frecventă de neglijare şi respingere, în spatele căreia se ascunde un mesaj de tipul: „Nu eşti şi nici nu ai fost dorit!"; astfel, i se refuză cele mai elementare drepturi, este des pedepsit, ridiculizat, izolat. Drept urmare, copilului îi este serios afectată stima de sine, acesta simţindu-se inferior şi nesigur, fără valoare, iar în relaţiile cu alţi copii va fi brutal, răzbunător, arţăgos şi chiar agresiv fără motiv, suportând cu greu neacceptarea ce survine din partea celor din jur.

3. Copilul părinţilor **exageraţi.** În acest caz, copilul este crescut într-un climat de seră, nu are obligaţii, nu i se anticipează dorinţele, el fiind privat chiar şi de activităţile ce le-ar putea realiza şi care i-ar face bine. Drept urmare, în contactul cu ceilalţi copii, întâmpină greutăţi având tendinţa de a deveni pasiv, lipsit de iniţiativă şi incapabil de autoapărare, făcând din refugiul în visare calea de a evita contactul cu realitatea;

4. Copilul părinţilor **autoritari** este solicitat la o ascultare totală, interzicându-i-se să-şi asume răspunderi şi iniţiative, fiind astfel împiedicat să-şi dezvolte capacităţile de decizie şi de acţiune; îi este subminată

încrederea în sine şi independenţa, astfel încât va deveni supus, modest, ascultător, resemnat, incapabil de a lua autonom vreo decizie. În consecinţă va fi nefericit şi ostil, cu toate că frecvent demonstrează loialitate, onestitate şi corectitudine.

5. Copilul părinţilor **inconsecvenţi.** În acest caz copilul este profund derutat, deoarece părinţii oscilează între autoritate şi pasivitate, între indiferenţă şi tutelă, fiind solicitat să opteze pentru anumite poziţii într-o dispută, iar în altă dispută, să se situeze pe poziţii contrare; va fi, deci, instabil, nesigur, uşor de atras şi influenţat de persoane rău intenţionate.

Mia Kellmer Pringle consideră că dezvoltarea armonioasă a personalităţii copilului se realizează atunci când el beneficiază de dragoste şi de securitate, de experienţe noi, de apreciere şi stimă, de responsabilitate şi autonomie. Iată zece sfaturi ideale:

1) Oferiţi copilului o mare parte din timpul dumneavoastră; jocul cu copilul şi citirea de poveşti sunt mult mai importante decât un menaj bine făcut;

2) Dăruiţi-i copilului experienţe noi şi comunicaţi cu el permanent;

3) Oferiţi-i copilului îngrijiri permanente şi fiţi coerenţi într-o atitudine afectuoasă, ceea ce este de o importanţă imensă pentru sănătatea lui spirituală, la fel cum alimentaţia corectă este esenţială pentru sănătatea corpului;

4) Stimulaţi-l să se joace, singur sau cu alţi copii, fapt ce-i va dezvolta spiritul de explorare, intuiţia şi creativitatea;

5) Felicitaţi-l atunci când eforturile lui sunt încununate de succes;

6) Oferiţi-i şansa unor responsabilităţi din ce în ce mai mari, deoarece simţul responsabilităţii se dezvoltă doar prin activităţi practice;

7) Fiind mic, adaptaţi-vă comportamentul la caracteristicile vârstei lui;

8) Atunci când nu sunteţi de acord cu comportamentul copilului, manifestaţi-vă dezaprobarea ţinând cont de temperamentul, vârsta şi capacitatea de înţelegere a lui;

9) Nu-l ameninţaţi cu pierderea dragostei sau cu abandonul; trebuie să respingeţi un anumit comportament al copilului, dar nu pe copil însuşi;

10) Nu aşteptaţi recunoştinţă, deoarece copilul nu şi-a solicitat naşterea.

Pot reprezenta aceste sfaturi un început în actul de consiliere a familiei, unde **problema** unuia dintre membri poate fi indiciu al unei crize de ansamblu a familiei respective.

Copilul necesită consiliere, în special educaţională şi psihopastorală, în cazurile care sunt greu de suportat **singur:** deces în familie, divorţul părinţilor, părăsirea familiei de către unul dintre părinţi, plecarea în străinătate a unuia sau ambilor părinţi, propria abandonare, toate având un impact emoţional enorm asupra lui.

Nu numai copilul, dar şi **părinţii** lui (mama-tata; soţul-soţia) pot avea nevoie de consiliere pastorală, deoarece pot apărea nenumărate probleme profesionale şi familiale.

9.2. În şcoală

Şcoala, ca factor educaţional, îşi pune amprenta în situaţii şi forme diferite pe atitudinea şi comportamentul copilului. Considerăm că, acolo unde şcoala nu beneficiază de psiholog şcolar şi/sau consilier şcolar, **consilierul pastoral** se poate implica în actul

educaţional al copilului devenit elev, ţinând cont de particularităţile sale de vârstă.

Vorbind despre prezenţa consilierului pastoral la nivelul şcolii, considerăm că acesta s-ar putea raporta, cu rezultate pozitive, în ceea ce priveşte **a) abuzul emoţional** (în mediul şcolar) şi **b) disciplinarea pozitivă** (să disciplinezi fără să răneşti).

a) Abuzul emoţional este un comportament inadecvat al adultului faţă de copil având efecte negative asupra personalităţii în formare a acestuia. Ca forme distincte ale abuzului emoţional, putem enumera: **respingerea** (adultul îndepărtează copilul de el, refuză să-i recunoască valoarea sau legitimitatea nevoilor); **izolarea** (copilul nu are posibilitatea stabilirii unor contacte sociale sau este izolat într-o zonă fără interacţiuni sociale); **terorizarea** (copilul este ameninţat verbal, intimidat şi înfricoşat cu „arme" fizice şi psihologice); **degradarea** (este tratat ca şi inferior, umilit şi depreciat, privat de demnitate); **coruperea** (este încurajat şi îndrumat să desfăşoare acte antisociale care conduc la comportamente criminale şi sociale neacceptate); **exploatarea** (este folosit în avantajul şi pentru profitul adulţilor); **negarea răspunsului emoţional** (adultul în grija căruia se află copilul, ignoră sau neglijează copilul, inclusiv din punct de vedere emoţional).

Se poate remarca şi faptul că, la baza abuzului emoţional se află şi câţiva **factori psihologici** care-şi pun amprenta pe anumiţi părinţi. Astfel, părinţii pot fi **cu personalitate rigidă** (1), lipsiţi de căldură şi empatie faţă de copil; imaturi afectiv (2), fapt ce dezvoltă mecanisme de dependenţă faţă de partenerul conjugal, neglijându-se copilul; **surmenaţi (3)** întrucât au fost supuşi unor stresuri multiple (divorţuri, conflicte

maritale, decese, schimbări de domiciliu, etc.); **cu expectaţii nerealiste**, supradimensionate faţă de comportamentele copilului (4); au avut **tulburări de ataşament în copilărie**, devenind adulţi – anxioşi – evitanţi (5); au diverse **forme de psihopatie**, aparţinând categoriei de personalităţi antisociale sau histrionice.

Copilul abuzat emoţional va evolua în viaţă dezvoltând: teamă, fobii, amintiri obsesive, sentimente de insecuritate şi de vinovăţie. Realităţi din copilărie precum frica, critica, cearta, jignirile, umilirea, interdicţiile, obligarea şi ameninţarea vor determina o destructurare a personalităţii copilului.

Cum va recunoaşte consilierul pastoral, un copil/elev abuzat emoţional? În primul rând, abuzul emoţional are efecte asupra dezvoltării somatice şi psihice, manifestate a) **somatic** (pierderea apetitului, tulburări ale somnului, coşmaruri); b) **comportamental** (apariţia apatiei, a izolării, a evitării relaţionării cu ceilalţi, a negativismului, ostilităţii şi agresivităţii); şi prin **dificultăţi la nivel cognitiv** (deficit de intelect, dezinteresul pentru îndeplinirea sarcinilor şcolare, randamentul şcolar scăzut).

Chiar dacă mulţi consideră că este aberant să afirmi că **şcoala este un mediu de abuz emoţional**, totuşi, statisticile fac această afirmaţie parţial plauzibilă. S-a ajuns la această remarcă observându-se că folosirea unei pedepse riscă un abuz fizic şi emoţional, grefate amândouă pe stări de insecuritate a copilului, anxietate, teamă şi îngrijorare.

Ca şi factori de risc de care consilierul pastoral ar trebui să ţină cont ar fi: insuficienta cunoaştere (şi nerespectarea) de către cadrele didactice a drepturilor copilului; perpetuarea modelului educaţional punitiv; supraîncărcarea programei şcolare; condiţii necorespunzătoare de exercitare a actului educaţional;

numărul redus de cabinete de consiliere şcolară; legătura defectuoasă între şcoală şi familie; prezenţa în spaţiul şcolii a grupurilor cu potenţial delictogen şi slaba implicare a celor responsabili în protecţia copilului.

b) Disciplinarea pozitivă presupune exersarea copilului în respect, rigoare, deprinderea comportamentului sănătos, în paralel cu eliminarea comportamentului inadecvat. „Disciplinarea pozitivă constituie o bază pentru adaptarea copilului la cerinţele ulterioare ale vieţii de adult şi ea presupune implicarea activă a copilului în procesul de învăţare a unor comportamente. Copilul trebuie să interiorizeze regulile stabilite împreună cu părintele, fără a fi nevoie ca acesta să i le impună prin constrângeri exterioare sau să i le reamintească de fiecare dată.” ***(A. Botiş – A. Tărău 2004, p. 84)***

Disciplinarea pozitivă merge deci mult dincolo de simpla abordare a comportamentelor problematice, vizând încurajarea unor atitudini adaptative şi deprinderea unor comportamente, segmentul deseori neglijat atunci când se vorbeşte despre creşterea şi educarea copiilor.

Disciplinarea pozitivă versus **pedeapsă**

Pentru a înţelege disciplinarea pozitivă o vom pune în antiteză cu pedeapsa.

1. Pedeapsa se exprimă prin **puterea autorităţii**, copilul fiind forţat să adopte un anumit comportament, pe când disciplinarea pozitivă exprimă o realitate a ordinii sociale, o urmare firească a comportamentului inadecvat;

2. **Pedeapsa este arbitrară**, adică este aplicată după bunul plac al părintelui, fără să aibă o legătură logică cu un comportament inadecvat, pe când

disciplinarea pozitivă este asociată în mod logic cu comportamentul inadecvat;

3. **Pedeapsa se adresează persoanei, nu comportamentului** şi presupune judecata morală a „făptaşului”, putând duce la atitudini sau comportamente de răzbunare din partea copilului, pe când disciplinarea pozitivă se adresează comportamentului nu persoanei şi nu implică judecata morală, permiţând copilului acceptarea ideii că s-a comportat inadecvat, având dorinţa de a se schimba;

4). **Pedeapsa se concentrează asupra comportamentelor anterioare** amintind mereu copilului de greşelile făcute, acesta învăţând doar ceea ce nu trebuie să facă şi nu ceea ce ar trebui să facă, pe când disciplinarea pozitivă ajută copilul să înveţe ceea ce va trebui să facă într-o anumită situaţie, fără a-l face să se simtă umilit pentru „nereuşita” lui;

5. **Pedeapsa ameninţă făptaşul cu pierderea respectului sau a iubirii**, copilul simţindu-se în asemenea situaţii, prost, pe când prin disciplinarea pozitivă părinţii îi transmit copilului că este acceptat şi iubit, în pofida comportamentului său inadecvat;

6) **Pedeapsa cere supunere, implicând şi folosirea forţei**, copilul învăţând că poate obţine ceea ce doreşte dacă domină prin agresivitate, pe când disciplinarea pozitivă permite libera alegere;

7) Pedeapsa **poate încuraja comportamentul indezirabil**, în cazul în care este folosit de către copil pentru a atrage atenţia părinţilor, chiar dacă aceasta presupune ca părintele să-l certe, pe când disciplinarea pozitivă stimulează şi comportamentul dorit, nefiind orientată doar spre comportamentele problemă. ***(A. Botiş – A. Tărău 2004, p. 77)***

9.3. În comunitate (ONG-uri, spital, penitenciar etc.)

Activitatea de consiliere pastorală se desfăşoară nu doar în biserică, familie şi şcoală, ci şi în comunitate, în general, respectiv în ONG-uri, spitale, penitenciare etc.

a) Fie că sunt sau nu înfiinţate la nivel de episcopii ONG-urile pot solicita „serviciile" consilierului pastoral. În momentul în care acest fapt survine, consilierul pastoral e obligat să-şi întocmească un program de intervenţie psiho-pastorală care să includă: 1. cunoaşterea caracteristicilor grupului „ţintă" căruia i se adresează (vârstă, sex, diagnostic); 2. strategia psihoterapeutică necesar a fi aplicată; 3. locaţia şi ambientul în care se va desfăşura consilierea psiho-pastorală; 4. cazuistica subiectului; 5. problematica supusă investigaţiei psihologice.

O exigenţă aparte a intervenţiilor în ONG-uri o reprezintă munca în echipă, formată de regulă din: medic, asistent social, preot/consilier pastoral, psiholog, deoarece subiectul, pentru recuperarea sa bio-psiho-socială integrală are nevoie de o intervenţie complexă, multidimensională şi profesionistă sub toate aspectele. Aceasta poate fi garantată doar printr-un program particularizat, coerent şi bine închegat, la care-şi aduc contribuţia toţi specialiştii disponibili.

b) Este mai mult decât benefică prezenţa preotului în spitale, care atunci când clinica are dimensiuni considerabile, trebuie secondat de un consilier pastoral. Fie că are amenajat un spaţiu special de intervenţie psiho-pastorală, fie nu, consilierul pastoral trebuie să fie alături de bolnav în momentele critice, cu precădere în clipele „pre-" şi post-operatorii.

Conform deontologiei profesionale, el nu trebuie să se angajeze în discuţii cu conţinut medical (tratament, diagnostic etc.) pentru care nu este abilitat.

El nu se pronunţă asupra bolii, nu garantează vindecare, dar contribuie la confortul psihic al bolnavului, comunică cu acesta, depune eforturi pentru crearea unei atmosfere optime pentru însănătoşirea lui.

c) Pentru reuşita intervenţiilor psihopastorale în penitenciar este absolut necesară întocmirea unui plan anterior de acţiune, plan integrat într-un program de durată cu deţinuţii. Intervenţiile sporadice, făcute neprofesionist şi neritmate, nu vor avea rezultate vizibile şi nici nu vor conferi preotului consilier satisfacţia muncii îndeplinite. Actul de consiliere se desfăşoară în condiţii speciale (loc, timp, atmosferă) şi de aceea comunicarea şi relaţionarea cu deţinutul sunt esenţiale pentru reuşita iniţiativei. Consilierul pastoral nu asigură eliberarea deţinutului, ci-l ajută să depăşească situaţiile „problemă”, „cu” Dumnezeu, dându-i acestuia siguranţa că în frământările sale nu este singur.

Capitolul 10

Noţiuni generale de psihoterapie

10.1. Elemente de identitate psihoterapeutică

După Irina Holdevici, **psihoterapia** „se bazează pe supoziţia conform căreia, chiar în cazul unei patologii de tip somatic, modul în care individul îşi va percepe şi îşi evalua starea, precum şi strategiile adaptative la care va recurge, joacă un rol deosebit în stimularea sau inhibarea tulburărilor." ***(I. Holdevici, 1996, p. 145)***

Watson consideră **psihoterapia** drept o acţiune planificată şi intenţionată, având la bază un sistem teoretic conceptual bine pus la punct, exercitată de către un psihoterapeut calificat (psiholog sau medic) asupra unui pacient. Ea utilizează metode şi acţiuni specifice şi nu se poate confunda cu simpla acţiune caldă şi simpatetică pe care o exercită, la nivelul empiric, o rudă, un preot paroh sau un prieten foarte apropiat.

Psihoterapia se aplică la o gamă largă de tulburări psihice, „începând cu crizele existenţiale, tulburările din sfera personalităţii, nevrozele, afecţiunile psiho-dinamice, bolile organice cronice şi terminând cu susţinerea psihoterapeutică a unor pacienţi psihotici aflaţi în fază de remisie, unde vine în completarea tratamentului psihiatric." ***(Ibidem, p. 146)***

Nu beneficiază de tratament psihoterapeutic deficienţii mintali care sunt incapabili să înţeleagă sensul interpretărilor realizate de psihoterapeut şi să ajungă la descoperirea cauzelor şi soluţiilor propriilor lor probleme, cât şi acele persoane care nu reuşesc să

realizeze un contact uman acceptabil (unii psihopaţi, psihoticii, dar mai ales, schizofrenicii).

P**sihoterapia vizează** în principal următoarele:

1. Scoaterea pacientului din criza existenţială în care se află;
2. Reducerea sau eliminarea simptomelor;
3. Întărirea eu-lui şi a capacităţilor integrative ale personalităţii pacientului;
4. Rezolvarea sau restructurarea conflictelor intrapsihice ale pacientului;
5. Modificarea structurii personalităţii în vederea obţinerii unei funcţionări mai mature, cu o capacitate de adaptare eficientă la mediu;
6. Reducerea (sau chiar înlăturarea) acelor condiţii de mediu care produc sau menţin comportamentele de tip dezadaptativ;
7. Modificarea opiniilor eronate ale subiecţilor despre ei înşişi şi despre lumea înconjurătoare;
8. Dezvoltarea la subiecţi a unui sistem clar al identităţii personale;

Psihoterapia nu se adresează doar persoanelor bolnave, din contră, ea **reprezintă un tratament psihologic** şi pentru omul sănătos aflat în dificultate (căruia îi conferă confort lăuntric şi o mai bună sănătate), celui cu dificultăţi de relaţionare (pe care îl ajută la o mai bună integrare), celui suferind somatic (pe care îl conduce spre alinare), celui alienat (căruia îi dezvoltă capacitatea de orientare în viaţă şi de resocializare). ***(G. Ionescu, 1990)***

Privită dintr-o asemenea perspectivă, psihoterapia, prin metodele sale, se va îndrepta spre rezolvarea conflictului intrapsihic în contextul unei relaţii transferenţiale imaginare şi frustrante, cât şi la adaptarea la realitatea curentă în contextul unei alianţe terapeutice reale şi gratificante.

Evaluarea succesului psihoterapiei cuprinde trei criterii principale: **1. trăirea subiectivă a pacientului** (dispariţia simptomelor: se simte mult mai bine, e mai mulţumit, mai fericit, mai împăcat cu sine); **2. recunoaşterea socială** (progrese realizate de pacient în familie, la învăţătură, în profesie etc.); **3. materializarea expectaţiilor psihoterapeutului** în ceea ce priveşte modificările realizate în sfera personalităţii şi în comportamentul subiectului.

Obiectivele psihoterapiilor pot fi atât **imediate** (1), şi vizează starea de sănătate a pacientului (urmărind: eliminarea anxietăţii; reducerea simptomatologiei specifice; rezolvarea unor probleme limitate; realizarea unei clarificări într-o zonă circumscrisă de conflict), cât şi de **perspectivă (2)**, orientate asupra reorganizării personalităţii şi ameliorării comportamentului. Acestea din urmă au în vedere: reducerea intensităţii conflictului, întărirea defenselor şi a capacităţilor integrative; reorganizarea structurilor defensive; modificarea conflictelor inconştiente, fundamentale; redistribuirea mai mult sau mai puţin profundă a investiţiilor afective, în vederea unei dezvoltări armonioase a personalităţii; modificarea organizării personalităţii în direcţia funcţionării adaptative şi mature. ***(G. Ionescu, 1990).***

Psihoterapia este limitată în timp şi are obiective clar definite, **reuşita** ei fiind condiţionată de respectarea anumitor etape ce-o premerg şi anume: a) stabilirea diagnosticului; b) efectuarea interpretării psihologice; c) cunoaşterea tehnicilor propriu-zise de intervenţie; d) structurarea relaţiei terapeutice, empatice, congruente, de colaborare, de acceptare necondiţionată a subiectului.

Deci, psihoterapiile se pot adresa marii majorităţi a tulburărilor psihosomatice, este important să compartimentăm: felul terapiei aplicate; grupul „ţintă”;

tehnicile de lucru aplicate; obiectivele urmărite; evaluarea (făcută pe baza rezultatelor obţinute).

Psihoterapia poate acoperi întreg cursul cronologic al existenţei umane, începând cu vârsta de 4-5 ani şi terminând cu o vârstă de peste 60 de ani. Ea ţine însă cont nu doar de vârstă, ci şi de compatibilitatea şi acceptul subiecţilor pornind de la dictonul medical „Primo, non nocere.” *(„În primul rând, să nu faci rău.”)*

10.2. Identitatea terapiilor scurte

În lucrarea noastră ne vom opri doar asupra următoarelor terapii scurte: **cognitive, cognitiv-comportamentale, centrate pe persoană; suportive; de susţinere; a realităţii; logoterapie,** eficienţa lor fiind legată de modul în care trebuie rezolvate situaţiile „problemă”.

1) Terapia cognitivă (T.C) vizează **modificarea stilului particular de gândire** a cuiva; subiectul terapiei trebuie conştientizat de caracterul distorsionat şi eronat al convingerilor sale, şi condus spre o evaluare realistă a situaţiei, prin confruntarea directă cu realitatea.

Terapia cognitivă este esenţial pragmatică şi empirică, punctul ei de plecare fiind reprezentat de observarea atentă şi exhaustivă a tuturor situaţiilor în care survin problemele. Subiectul trebuie ajutat să-şi conştientizeze propria disfuncţie psihică.

2) Terapia cognitiv-comportamentală (T.C.C) se fundamentează pe ideea că, pentru a schimba un comportament sau un mod de gândire, trebuie să încerci să afli cum au fost deprinse acestea, determinându-l pe interlocutor să le înlocuiască cu altele.

În terapia cognitiv-comportamentală totul este centrat pe „aici” şi „acum”, ea fiind orientată spre

dobândirea unor noi comportamente în confruntarea cu problemele actuale, învăţând subiectul să-şi însuşească modele normale de comportament. Ea are drept scop ajutorarea subiectului să găsească soluţii la problemele sale şi să gândească mai raţional. Principiul de bază al acestei terapii postulează faptul că modul în care cineva se comportă este determinat de felul în care interpretează o situaţie imediată.

3) Terapia centrată pe persoană porneşte de la premisa că oamenii sunt esenţialmente buni, scopul ei fiind acela de a-l face pe subiect să se împace cu sine însuşi şi să-l ajute să-şi clarifice perspectivele asupra problemelor pe care le are, dobândind o mai profundă înţelegere a acestora.

Factorul cheie al terapiei centrate pe persoană (sau „rogersiană”, de la Carl Rogers) este faptul că **subiectul îşi poate controla tot mai mult destinul**, găsind soluţii satisfăcătoare la problemele sale, încercând să se accepte pe sine, având puterea şi motivaţia de a se ajuta singur, devenind mai deschis la noi experienţe şi perspective, mai bine integrat, ajungând în final a se **accepta pe sine**.

4) Terapia suportivă este impusă de o anumită decompensare psihologică prezentă la subiecţii aflaţi în criză; în aceste situaţii susţinerea lui emoţională este absolut necesară. Evaluarea problemelor reale şi controlul reacţiilor la ele va ajuta subiectul să-şi rezolve problemele, iar în cazul în care acest lucru nu este posibil, va fi învăţat să se detaşeze de ele.

5) Terapia de susţinere vizează şi obţine o înlăturare a simptomelor, prin întărirea măsurilor de apărare şi dezvoltarea mecanismelor de control. Încearcă să ajute subiectul să-şi înţeleagă problemele cotidiene, urmând totodată să-l facă mai adaptativ şi mai

tolerant în cazurile în care dezvoltarea personalităţii lasă de dorit.

6) Terapia realităţii pedalează pe ideea că subiectul nu se poate ajuta decât singur, îmbunătăţindu-şi relaţia prezentă devenită o problemă. În acest cadru se evită pe cât posibil trecutul, insistându-se pe relaţia actuală, determinând subiectul să înţeleagă importanţa propriilor decizii şi calea stăpânirii problemelor ivite.

7) Logoterapia este un concept introdus de Victor Frankl, care face trimitere la o metodă de tratament prin care terapeutul îl îndrumă pe pacient **să-şi descopere propriul sens al vieţii.**

Această metodă terapeutică pune mare accent pe descoperirea de către subiectul în criză a unui sens ce constituie coloana vertebrală a întregii sale vieţi. Forumul care realizează acest lucru este conştiinţa individuală, pentru că numai la nivelul ei se poate descoperi o semnificaţie care să transceandă scopurile mărunte, imediate, fragmentate de pe parcursul vieţii cuiva.

Pentru V. Frankl scopul fundamental al religiei îl constituie mântuirea sufletului, pe când scopul logoterapiei este acela al îngrijirii şi al vindecării sufletului. Sensul şi responsabilitatea sunt două noţiuni esenţiale ale metodei de tratament propuse de Frankl. ***(I. Moldovan, 2001)***

10.3. Valoarea terapiilor ocupaţionale

După V. Preda, **terapia ocupaţională** este ştiinţa de a dirija pozitiv maniera de participare curentă a omului la îndeplinirea anumitor sarcini, cu scopul de a restabili, a susţine şi a spori performanţa, de a uşura învăţarea unor abilităţi şi funcţii esenţiale pentru adaptare şi productivitate, de a diminua sau corecta

aspectele patologice şi de a promova şi menţine sănătatea.

„Terapia ocupaţională se bazează pe organizarea unor servicii specifice pentru acei indivizi ale căror capacităţi de a face faţă sarcinilor de zi cu zi sunt ameninţate de tulburări de dezvoltare, infirmităţi fizice, boli sau dificultăţi de natură psihologică şi socială.” ***(V. Preda, 2003, p. 10)***

De asemenea, cunoscând importanţa **terapiei ocupaţionale** ca demers de recuperare în situaţii speciale şi nu numai, este necesar a sublinia faptul că, în momentele de activitate, se poate stimula dezvoltarea sentimentelor de cooperare şi întrajutorare, a spiritului de autocontrol, subiecţii găsind satisfacţii şi împliniri în ceea ce fac.

Din compartimentul terapiilor ocupaţionale cu impact benefic asupra consilierii pastorale menţionăm: **ergoterapia, meloterapia, art-terapia, expresia verbală/povestea terapeutică**.

1) **Ergoterapia** are ca scop crearea unor obiecte şi, eventual, deprinderea unor tehnici de lucru, cu scopul readaptării psihosomatice. În această categorie se poate integra orice activitate de muncă manuală cu rol educativ, realizată cu scop terapeutic pe o anumită perioadă de timp. Ocupă un loc important în terapia ocupaţională „educaţia terapeutică a abilităţilor”, respectiv preocuparea deprinderii unor abilităţi (deprinderi manual-profesionale) care să-l conducă în final pe subiect la prestarea efectivă a unei munci.

În cadrul ergoterapiei subiectul este participant activ, iar activitatea se poate realiza individual sau în grup, cuprinzând trei **obiective principale:** a) recuperarea totală sau parţială a capacităţii de muncă, asigurându-i beneficiarului o autonomie economică şi socială; b) încadrarea sau reîncadrarea profesională şi

socială a subiectului; c) amplificarea procesului de maturizare. ***(V. Preda, 2003, p. 10)***

2) **Meloterapia** vizează utilizarea muzicii ca instrument terapeutic pentru a menţine, a restabili sau a ameliora sănătatea mintală, fizică şi emoţională a persoanei. De-a lungul anilor muzica a suscitat o serie de interpretări privind capacitatea ei de a crea o anumită stare sufletească. Există două domenii în muzicoterapie: muzicoterapia receptivă bazată pe audiţie şi muzicoterapia activă bazată pe expresia muzicală şi pe creativitate.

„Utilizarea muzicii ca metodă terapeutică trebuie făcută raţional, ţinând cont de impactul psihologic al diferitelor structuri muzicale asupra subiecţilor. Meloterapia este indicată fie în cadrul unei relaţii duale, fie în cadrul unui grup mic.” ***(V. Preda, 2003, p. 13)***

În cazul copilului, meloterapia produce o relaxare emoţională, surprinzând în structura sa, două secvenţe: prima constă în identificarea tipului de muzică preferată de copil, observând-o pe cea care-i face plăcere, dar şi pe cea ce-l agasează, enervează, indispune; a doua constă în provocarea copilului la o discuţie comună privind motivaţia alegerii muzicii respective.

Pornind de la muzica ritmată la cea lentă, cu text sau fără text, copilul reuşeşte să-şi exteriorizeze trăirile afective, detensionându-se emoţional, controlându-şi comportamentul. Activitatea terapeutică poate fi corelată şi cu alte elemente de ergoterapie sau art-terapie, realizându-se o complexă exprimare afectivă.

Art-terapia se doreşte a fi o „psihoterapie prin mediere artistică”. Dintre termenii utilizaţi ca fiind echivalenţi, amintim: psihoterapie artistică, terapie de expresie, psihoterapie de creativitate. Art-terapia este o modalitate de psihoterapie mediată prin producţii

vizual-plastice (picturale, grafice, de modelaj, sculptură, măşti, colaje etc.) şi prin alte moduri de exprimare artistică (muzică, poezie, teatru, dans, expresii corporale). ***(V. Preda, 2003, p. 16)***

Artterapia este o formă de psihoterapie cu expresii plastice, diferenţiindu-se de ergoterapie şi de terapia ocupaţională. În artterapie se utilizează un produs singular, conceput liber şi personalizat, indicându-se adesea şi o verbalizare secundară. Psihoterapia cu expresii plastice permite o exprimare imediată a unor trebuinţe sau dorinţe ale subiectului, făcând să intre în joc operaţii mintale proprii inconştientului.

Întregul demers conceptual amintit anterior demonstrează că artterapia conferă posibilitatea realizării unei detensionări emoţională care se declanşează desenând sau pictând. Subiectul se simte mult mai relaxat după o asemenea şedinţă, mai ales când ea este întregită de discuţiile ce se poartă pe marginea conţinutului.

4). **Expresia verbală - povestea terapeutică** nu face altceva decât să transmită, pe baza celor relatate, o experienţă de viaţă, o stare de fapt, care să aibă un rol în găsirea unei soluţii, implicând „povestitorul" cu întreaga sa personalitate. Faţă de basmul terapeutic (o altă modalitate de „expresie verbală") povestea terapeutică se distinge printr-o manieră mai incisivă, mai directă de exprimare a faptelor şi printr-o superioară forţă de impact a acţiunii personajelor invocate, asupra beneficiarului intervenţiei terapeutice.

Povestea terapeutică trebuie să ţină cont de particularităţile de vârstă ale celui căruia i se adresează (copil sau adult). Cuvântul are o putere aproape „magică", el poate vindeca, are o forţă „terapeutică". Povestea terapeutică, prin nararea faptelor, „comprimă"

la maxim experienţe de viaţă, cu scopul de a semnala o stare de fapt şi a atenua o criză.

Povestea terapeutică se povesteşte, (se spune), nu se citeşte. Ea trebuie să fie liantul dintre trup şi suflet, gând şi gestică, trăire şi exprimare. Ea nu poate fi spusă de către oricine, oriunde şi oricum. Pornind de la un caz real sau fantastic, povestea terapeutică îşi îndeplineşte menirea de atenuator al durerii şi al suferinţei.

Ea are drept scop **activarea unor resurse vitale** pentru a învinge frica, neliniştea, neputinţa, nesiguranţa şi pentru a redescoperi speranţa şi şansa. Ea reuşeşte să schimbe percepţia despre lume a subiectului, constituind un instrument preţios de acţiune terapeutică, scoţând la iveală emoţii şi sentimente ce riscă să rămână ascunse în inconştient: angoase, frici, dorinţe, obsesii, culpabilităţi, invidii. Scopul metaforelor este de a-l ajuta pe subiect să-şi concilieze propriile pulsiuni cu cerinţele realităţii externe şi cu regulile societăţii în care trăieşte.

Conţinutul alegoriilor nu este necesar să şi „placă" sub aspectul estetic, dar dacă ele reuşesc să aibă şi această calitate este meritoriu. Adeseori, dintr-o istorioară metaforică subiectul va percepe prea puţin la nivel conştient şi mult mai mult la nivel inconştient, realizându-se o paralelă între intrigile din poveste şi propriile sale probleme. Beneficiarul va avea mai târziu o revelaţie („insight") cu privire la mesajul poveştii, iar acest moment temporal va coincide cu începutul vindecării.

Poveştile terapeutice sunt utile pentru toate categoriile de subiecţi, indiferent de vârstă şi nivelul de şcolarizare. Precum am menţionat, povestea terapeutică nu se citeşte, ci se relatează, tonul vocii, intensitatea, amplitudinea, mimica şi gestica fiind variabile în funcţie de situaţie. Astfel psihoterapeutul devine un actor care joacă mai multe roluri, starea transpunere în rol fiind

esenţială pentru reuşita în transmiterea şi depistarea mesajului poveştii terapeutice.

Povestea terapeutică nu trebuie explicată. Dacă facem această imprudenţă din necunoaşterea algoritmului poveştii terapeutice şi încercăm să răspundem la eventualele nedumeriri realizând o „traducere" comună a mesajului ei, riscăm să avem neplăcuta surpriză de a reduce drastic potenţialul ei terapeutic asupra inconştientului, provocând deliberat rezistenţe şi obiecţii, cu rezultate inhibante ameliorării stării asupra subiectului nostru.

Suportând şi alte rigori metodologice, povestea terapeutică este aplicată cu bune rezultate şi cerută de multe ori, chiar de către subiect, deoarece o percepe ca fiind mai aproape de sufletul său, regăsindu-se conştient sau inconştient în acţiunea narării. În acest context, ingredientele de bază în terapia prin poveste la adult sunt: optimismul; gândirea pozitivă; dorinţa de vindecare; autovindecarea; rezolvarea de probleme.

Din toate adultul trebuie să înveţe să fie un bun supravieţuitor, iar povestea terapeutică poate o metodă în realizarea acestui fapt. „Ceea ce contează este părerea ta despre propria persoană. Trebuie să găseşti în viaţă acel rol care ţi se potriveşte, după care să renunţi la a mai juca teatru; profesia ta este aceea de „a fi", ne aminteşte Quentis Crips în piesa sa, „Funcţionarul gol" ***(M. D. Paşca, 2004).***

Acceptarea de sine, credinţa, iertarea, pacea şi iubirea, sunt trăsături care, pentru fiecare dintre noi, pot defini, la un moment dat, spiritualitatea. Aceste caracteristici se întâlnesc întotdeauna la cei care reuşesc să se vindece atât sufleteşte cât şi trupeşte, după logica: „Cred în soare – chiar şi când nu străluceşte, / Cred în iubire – chiar şi când ea nu se arată, / Cred în Dumnezeu – chiar şi atunci când nu vorbeşte."

Capitolul 11

Specificul psihoterapiei mistice

11.1. Ce este psihoterapia ortodoxă?
11.2. Metodologia psihoterapiei ortodoxe
11.3 Calităţile preotului psihoterapeut
11.4. Sănătatea sufletului
11.5. Boala sufletului

11.1. Ce este psihoterapia ortodoxă?

Pe lângă obiectivul soteriologic cunoscut, creştinismul este şi **o realitate psihoterapeutică,** având drept scop vindecarea interioară a omului. Tocmai această identitate aparte a creştinismului conferă teologiei (creştine) valenţe de ştiinţă psihoterapeutică. ***(Vlachos, 1998)***

11.2. Metodologia psihoterapiei ortodoxe

Un mare adevăr asupra căruia atrage atenţia H. Vlachos, este acela că doar păstrând „dreapta credinţă”, păstrând adeziunea la credinţă ortodoxă, omul poate **să-şi păstreze nealterată puterea de a conştientiza doza de patologic care i s-a înfiltrat în fiinţă.** Abandonând ortodoxia, i se corupe simţul evaluării corecte a situaţiei proprii şi nu mai poate conştientiza gravitatea maladiei care l-a cuprins. ***(Vlachos, 1998)***

Sfântul Maxim Mărturisitorul observă că „numai cine a cunoscut slăbiciunea firii omeneşti a simţit experienţa puterii dumnezeieşti. Unul ca acesta, izbutind prin ea în unele lucruri, iar în altele silindu-se să izbutească, **nu va dispreţui niciodată pe nici un om**”.

Prima calitate a unui preot psihoterapeut este deci **sensibilitatea inimii, delicateţea interioară**, calităţi fără de care nu se poate lăsa înduioşat de durerea celui în suferinţă, nu poate vibra la chinul semenului său.

Preotul psihoterapeut îşi poate exersa calităţile sale duhovniceşti prin asceză (efortul uman de subordonare a voinţei proprii, voinţei lui Dumnezeu). Asceza este calea disciplinării de sine a „doctorului de suflete”, este calea creşterii sale duhovniceşti. „Nevoinţa stăruitoare în înfrânare şi dragoste, prin răbdare şi linişte, scoate patimile înrădăcinate în noi”.

Cuviosul Nichita Stihatul, ucenicul Sfântului Simeon Noul Teolog, ne oferă, la rândul său, o mărturisire preţioasă în acest sens. Întrucât omul are **cinci simţuri**, cinci sunt şi practicile ascetice: privegherea, studiul, rugăciunea, înfrânarea şi isihia. Ascetul trebuie să îmbine cele cinci simţuri cu aceste practici: 1. **văzul** cu **privegherea; 2. auzul** cu **studiul; 3. mirosul** cu **rugăciunea; 4. gustul** cu **înfrânarea; 5. pipăitul** cu **isihia**. Cel care reuşeşte acest lucru „îşi curăţă repede mintea sufletului său şi subţiind-o prin acestea, o face nepătimitoare şi clarvăzătoare”.

1) **Privegherea** este un procedeu terapeutic ascetic care ne ajută să ne purificăm şi să ne tămăduim de patimi. Sfântul Ioan Scărarul ne îmbie la binefacerile privegherii, prin exemplul monahului priveghetor: „Ochiul care priveghează purifică mintea. Somnul îndelungat învârtoşează sufletul. Monahul priveghetor este duşmanul desfrânării, pe când somnorosul s-a însoţit cu aceasta. Privegherea este curmarea înfocării şi izbăvirea inimii, păzitoarea gândurilor, mistuitoarea mâncărurilor, îmblânzirea duhurilor, înfrânarea limbii, izgonitoarea nălucilor. Monahul priveghetor este un pescar al gândurilor care, în liniştea nopţii, pot fi observate cu uşurinţă şi stăpânite”.

2) **Studiul** este îndeletnicirea ziditoare de suflet a lecturii de cărţi duhovniceşti. Cărţile duhovniceşti cuprind experienţa utilă a sfinţilor care înaintea noastră au parcurs acelaşi traseu sfinţitor pe care noi înşine ne silim acum să-l parcurgem. Modelul sfinţilor este unul de referinţă, iar experienţa lor se găseşte sintetizată în scrierile duhovniceşti care trebuie lecturate cu migală, spre folos duhovnicesc.

3) I**sihia** este liniştea necesară pentru a ne întoarce „în sine" şi a vorbi cu Dumnezeu; ea purifică simţurile şi inima omului, el ajungând să-L cunoască pe Dumnezeu. Putem vorbi despre o **isihie a trupului** (care presupune o retragere a omului în locuri mai nepopulate şi stăruinţa de a reduce la minimum reprezentările lumii exterioare, percepute de simţuri şi transmise sufletului sub forma agitaţiei şi a forfotei: „Începutul liniştirii este ieşirea din lucruri şi din griji" – ne avertizează Sfântul Grigore Sinaitul) şi o **isihie a sufletului** (care presupune capacitatea minţii de a nu accepta ispitele şi de a se concentra asupra inimii, prin trezvie şi smerenie. Energia omului converge spre locul inimii, locul esenţei, însoţindu-se cu ea şi dobândind astfel o cunoaştere parţială sau integrală a lui Dumnezeu. Sf. Ioan Scărarul aprecia că **liniştea sufletului** „este ştiinţa gândurilor şi cugetarea neîmpărtăşită; iubirea de isihie (linişte) este o hotărâre vitejească şi neînduplecată care, veghind fără dormitare la poarta inimii, ori ucide, ori alungă gândurile rele care se apropie".

4) **Înfrânarea** nu face referire – cum pare la prima vedere – doar la ţinerea sub control a instinctelor trupeşti, ci vizează **disciplinarea tuturor tendinţelor corporale umane** (mâncarea, tendinţa spre desfătare a ochilor, a auzului, opţiunea constantă şi exclusivistă pentru confort fizic etc.). Experienţa Sfinţilor Părinţi demonstrează că dacă un instinct trupesc nu-şi găseşte

exprimare naturală, va avea loc un binefăcător transfer corespunzător de energie în alt plan al vieţuirii omeneşti. Afectele firii pământeşti umane pot deveni izvoare de energie sublimată, utilizabilă la alt etaj existenţial.

5. R**ugăciunea** este metoda cea mai eficientă de vindecare a bolilor sufletului, căci „mare este harul care coboară în sufletul celui ce se roagă”. Vladimir Lossky vede rugăciunea ca pe „o vorbire reală cu Dumnezeu”.

I. Mânzat evidenţiază faptul că în rugăciune se realizează pe deplin ceea ce constituie esenţialul trăirii mistice; recunoaşterea misterului, raportul viu cu acesta şi insistenţa pe caracterul său transcendent. În rugăciunea autentică se realizează pe deplin sinergia dintre speranţă, iubire şi credinţă. Rugăciunea este o speranţă care ajunge la comuniune cu iubirea şi credinţa. ***(I. Mânzat, 1997)***

Dintre multele gânduri, cugetări şi reflecţii referitoare la rugăciune existente, o pomenim pe cea aparţinătoare Sfântului Ioan Gură de Aur: „Rugăciunea este slujbă adusă lui Dumnezeu şi deci sărbătoare, pentru că se face în inimă. Rugăciunea este fundament al sufletului, pentru că în ea este Hristos, ipostasul firii omeneşti”.

Vl. Lossky notează faptul că există o **rugăciune activă,** cea a cuvintelor, şi o **rugăciune contemplativă,** fără cuvinte, în care inima se deschide în tăcere înaintea lui Dumnezeu.

Tot I. Mânzat vorbeşte despre cea mai performantă formă de rugăciune, **rugăciunea mintală sau meditaţia**. Omul „se roagă în afara rugăciunii” şi ajunge la pacea desăvârşită, la linştea absolută, la repaosul total. Este „tăcerea minţii” care este mai presus de rugăciune. Într-un sens mai general al cuvântului, orice **prezenţă** a omului în faţa lui Dumnezeu este o

rugăciune. Dar trebuie ca această prezenţă să devină o atitudine statornică; rugăciunea trebuie să devină permanentă, neîncetată, ca suflarea cu baterea inimii.

Dumitru Stăniloae apreciază că „Rugăciunile sunt nervii sufletului, căci precum trupul e susţinut laolaltă prin nervi şi prin ei se mişcă în chip unitar, persistă şi îşi menţine tăria, iar dacă îi taie cineva pe aceştia desface toată armonia trupului, tot aşa şi sufletele se armonizează şi se susţin laolaltă prin rugăciune şi prin ele străbat drumul evlaviei. Deci, dacă te lipseşti de rugăciune, faci ca şi cum ai scoate peştele din apă. Precum apa e viaţa peştelui, aşa îţi este ţie rugăciunea. Precum acela trăieşte prin apă, aşa şi noi putem să ne înălţăm la ceruri şi să ajungem aproape de Dumnezeu, prin rugăciune". ***(D. Stăniloae, 1992)***

11.3. Calităţile preotului psihoterapeut

Potrivit Sfântului Teognost, preotul trebuie să ia aminte să nu se umple de învăţături omeneşti, ci să fie plin de har: „Ia seamă să nu fi plin de predaniile cele de la oameni în sfinţita săvârşire a celor dumnezeieşti, ci să ai harul care să-ţi facă înţelese în chip ascuns şi tainic cele mai înalte". Sau: „Luminată este treapta şi haina preoţiei, numai dacă are şi sufletul împreună-strălucind înăuntru, prin curăţie". Prin urmare, preotul trebuie să păzească dumnezeiescul dar al preoţiei „ca lumina ochilor" păstrându-şi „neprihănită cinstea" de care s-a învrednicit.

Pe lângă purificare şi pocăinţă mai este necesară vigilenţa: **preotul** trebuie să fie plin de toate virtuţile şi de toate harismele Duhului. Virtutea esenţială însă este sfânta smerenie pe care Sfântul Isaac Sirul o numeşte „veşmânt dumnezeiesc", deoarece pentru a-l mântui pe

om, Însuşi Hristos Iisus „S-a smerit pe sine”, cum spune Apostolul (Filipeni 2,8)

Preotul trebuie să sălăşluiască în harul necreat al lui Dumnezeu. Datoria lui nu este, cu prioritate, **aceea de a administra Sfintele Taine, ci de a fi mai întâi el însuşi sfinţit de ele.** Odată sfinţit, va fi în stare să-i sfinţească şi pe alţii. Iată de ce Sfântul Ioan Gură de Aur declara: „Nu cred că sunt mulţi preoţi care se mântuiesc, ci mult mai mulţi aceia care pier pentru că lucrul acesta cere un suflet cu totul măreţ”.

Preotul cu forţă psihoterapeutică este deci preotul mistic. Doar o vieţuire duhovnicească la cele mai înalte cote îi garantează preotului dobândirea puterii vindecătoare.

11.4. Conceptul plurisemantic de „sănătate”. Sănătatea sufletului

În înţelepciunea sa, poporul român a înţeles importanţa sănătăţii pentru buna vieţuire pământească a cuiva. Tocmai de aceea limbajul curent (şi în special formulele de salut cotidiene) abundă de formulări care demonstrează **esenţialitatea acestei valori în mentalitatea şi cultura românească** („Sănătate!”; „Mergi sănătos!”; „Hai noroc şi sănătate!”; „Să fiţi sănătoşi!”; „Să vă dea Dumnezeu sănătate!”; „Mă închin cu sănătate ca la o luncă verde!”; „Rămâneţi sănătoşi!”; „Umblaţi sănătoşi!”; „Bine-ai venit sănătos!”; „Bine te-am găsit sănătos!”). **În concepţia populară deci binele se subscrie sănătăţii.**

Nenumărate maxime, proverbe şi zicători îşi focalizează mesajul pe importanţa sănătăţii: „Sănătatea e o mare avere” (proverb arab); „Sănătatea e mai importantă ca obiceiurile religioase” (proverb indian); „Sănătatea e temelia bogăţiei” (proverb persan); „Pentru

omul sănătos, în fiecare zi e sărbătoare” (proverb turc); „Medicul te vindecă de boală, dar nu şi de moarte, el e ca acoperişul care te apără contra ploii, dar nu şi contra trăsnetului” (proverb chinezesc).

Psihoterapia ortodoxă are drept obiectiv fundamental sănătatea sufletului. Noţiunea de „sănătate” este în acest context prin excelenţă teologică, dar are explicite reverberaţii psihologice. Lucrul acesta îl demonstrează câteva dintre formulările lui H. Vlachos: „Sănătatea sufletului este nepătimirea şi cunoaşterea”; „Suflet desăvârşit este acela care s-a ţesut cu virtuţile”; „Suflet desăvârşit este acela al cărui putere pasională înclină cu totul spre Dumnezeu”; „Suflet curat este acela care-L iubeşte pe Dumnezeu”; „Suflet curat este acela care s-a eliberat de patimi şi se bucură neîncetat de dragostea dumnezeiască”.

În concepţia Sfântului Grigore Palama „sufletul este cu adevărat tămăduit atunci când se desface de cele inferioare lui şi se alipeşte *prin dragoste* de cele superioare lui”.

Astăzi, Organizaţia Mondială a Sănătăţii sinonimizează conceptul de „sănătate” cu cel de „stare de bine”; astfel, sănătatea nu ar fi garantată doar de absenţa bolii, ci ar constitui un proces complex şi multidimensional în care starea subiectivă de „bine” ar constitui axa fundamentală. „Starea de bine” s-ar realiza în prezenţa următoarelor elemente:

1) **Acceptarea de sine,** respectiv o atitudine pozitivă faţă de propria persoană, acceptarea calităţilor şi defectelor personale, percepţia pozitivă a experienţelor trecute şi viitoare;

2) **Relaţii pozitive cu ceilalţi,** respectiv încredere în oameni, sociabilitate, intimitate, nevoia de a primi şi a oferi afecţiune, atitudine empatică, deschisă, caldă;

3) **Control,** respectiv sentimentul de competenţă şi control personal asupra sarcinilor, crearea de oportunităţi pentru valorizarea nevoilor personale, opţiuni conforme cu nevoile proprii;

4) **Sens şi scop în viaţă,** ca elemente care direcţionează fiinţa umană pe termen mediu şi lung, subsumând o experienţă pozitivă a trecutului şi mare relevanţă a viitorului, convingerea că merită să te implici, o curiozitate sănătoasă, entuziastă faţă de ceea ce-ţi rezervă viitorul;

5) **Dezvoltare personală**, respectiv deschidere spre experienţe noi, sentimentul de valorizare a potenţialului propriu, capacitatea de autoreflexie, percepţia pozitivă a schimbărilor de sine, eficienţă, flexibilitate, creativitate, nevoie de provocări, respingerea rutinei;

Aceste elemente concură în menţinerea sănătăţii fizice şi psihice a omului. Potrivit lui Vlachos, **sănătatea adevărată este cea a sufletului, de aici ea transferându-se şi asupra trupului.** Prin suflet se poate revărsa o energie terapeutică asupra trupului, iar nu invers. Deci garanţia sănătăţii sufletului – din perspectiva Sfinţilor Părinţi – este curăţenia inimii, luminarea minţii şi „vederea lui Dumnezeu” ca lumină.

11.5. Boala sufletului

Privită ca o realitate aflată în antiteză cu sănătatea, boala poate fi definită ca **o stare de disconfort fizic şi psihic**, un dezechilibru al fiinţei în raport cu lumea, o stare asimetrică şi dizarmonioasă ce paralizează fiinţa.

Sfinţii Părinţi vorbesc despre „boală” a sufletului atunci când omul ajunge dominat de patimi, când există o mişcare a puterilor sufleteşti „contra firii”, când se zădărniceşte puterea sufletului de a-L vedea pe Dumnezeu

ca lumină. **Boala este o formă de acomodare a sufletului cu „absenţa" Duhului Sfânt.** Din punct de vedere psihologic, în această stare individul este marcat de un dezechilibru interior cauzat de diferite conflicte lăuntrice nesoluţionate.

După Sfântul Simeon Noul Teolog, tiranizarea omului de diferite conflicte lăuntrice este indiciu al faptului că este sălăşluit de diavolul, care este calificat drept „vicleană avuţie". Omul, fiinţă raţională şi liberă, este şi o fiinţă „locuibilă", în sensul că poate fi de duhuri. Nu este deci vorba doar despre simple gânduri şi amintiri ale trecutului pe care raţiunea nu a reuşit să le ordoneze, ci despre **prezenţa unor entităţi raţionale exponente ale răului, care victimizează fiinţa umană, o „colonizează", o posedă barbar.**

Boala sufletească este indiciu a unei anterioare poziţionări a omului „contra" lui Dumnezeu. Cândva, omul „a întors spatele lui Dumnezeu", şi astfel a lepădat energiile protective care-i garantau sănătatea. Consecinţele pe termen lung ale opţiunii sale sunt: rătăcire de sine, gol lăuntric, sentiment de marginalizare, reacţii violente şi necontrolate la cei din jur, comportamente anti-sociale.

Până la deplina îmbolnăvire există două etape intermediare, care pot juca rolul de „santinelă": a) **Durerea,** senzaţie umană care ar trebui să asigure reacţii adecvate ale individului la elementele agresive ale mediului şi care alertează, avertizează asupra iminenţei pericolului; b) **Suferinţa.**

Încheiem cu două raţionamente patristice: „Dumnezeu îngăduie boala nu ca să ne înjosească, ci pentru a ne face mai buni, mai înţelepţi şi deplin supuşi voii Sale" şi „Mai mult decât suferinţa în sine, ceea ce-l macină pe om este durata bolii şi mulţimea necazurilor aduse de ea. Ele strecoară în suflet gânduri negre, deznădejde, tristeţe, nerăbdare, iritare şi revoltă". ***(H. Vlachos, 1998, p. 113)***

Capitolul 12

Ghid practic terapeutic

12.1. Terapii ocupaţionale (ergoterapie, meloterapie, art-terapie)
12.2. Expresia verbală. Povestea terapeutică

12.1. Terapii ocupaţionale (ergoterapie, meloterapie, art-terapie)

1) Ergoterapia. Individul sau grupul îşi concretizează activitatea pe realizarea unor obiecte din diferite materiale: hârtie, fire textile, seminţe, deşeuri, lemn, plastic. Beneficiarilor ergoterapiei trebuie să li se prezinte însă înaintea începerii activităţii care sunt: a) etapele de prezentare a produsului; b) materialele necesare; c) instrumentele de lucru (adaptate vârstei beneficiarilor, pentru a nu fi periculoase – în cazul copiilor trebuie evitate corpurile ascuţite); d) utilitatea practică a produsului; e) modalitatea de evaluare (vânzare, expoziţie, expunere temporară sau permanentă).

Consilierul are obligaţia profesională să creeze atmosferă, respectiv un ambient plăcut şi eficient de muncă, în care **fiecare dintre cei prezenţi să se simtă important.** Va explica procedurile ori de câte ori va fi necesar, va da dovadă de răbdare, neuitând că este implicat într-o terapie care presupune (în unele cazuri) cimentarea unor deprinderi şi mânuirea unui instrumentar.

Ideal ar fi **să se amenajeze un atelier sau o sală permanentă de ergoterapie** dotată cu mese, scaune;

formule speciale de lucru (fie în echipă, fie individual), sunt făcute posibile de existenţa sau nu a mobilităţii mobilierului. Dace beneficiarii terapiei doresc şi activitatea se dovedeşte a fi fructuoasă şi eficientă, existenţa unui fond muzical (după ce anterior au fost testate preferinţele) destinde atmosfera, creând momente de maximă relaxare şi revigorare spirituală.

Şedinţele de ergoterapie trebuie incluse (precum, de altfel, art-terapia şi meloterapia) într-un riguros program terapeutic, stabilindu-se de comun acord: întâlnirile săptămânale, locul desfăşurării, durata şi ambientul (şi aduse la cunoştinţa atât a copilului, cât şi a adultului însoţitor).

Produsele pot fi realizate din **hârtie** (şerveţele, pahare, rame, bărci, coifuri, solniţe, covoraşe, colaje, tablouri, decupaje etc.;), **fire textile** (împletituri, tăieturi, covoraşe, perne, lanţuri, croşetări, îmbrăcăminte etc.), **seminţe** (tablouri, colaje, sticle colorate, mărgele, coliere etc.), **lemn** (mozaicuri, mici obiecte, jucării etc.), **materiale plastice, deşeuri** (împletituri, decupaje, colaje, bijuterii, felicitări, cadouri etc.).

Gama largă de realizare a produselor va ţine de creativitatea şi imaginaţia consilierului pastoral, precum şi de gradul de implicare a subiecţilor în realizarea lor. Pe lângă demersul terapeutic propriu-zis, produsele vor constitui şi o sursă de bucurie estetică.

2) Meloterapia se poate realiza atât individual, cât şi în grup, atât la copii, cât şi la adulţi. Astfel, **individual** şedinţa va consta în audierea împreună (beneficiar al terapiei şi terapeut), timp de aproximativ zece minute, a muzicii preferate, după care se începe discuţia liberă de tip psiho-analitic. **În grup** se poate asculta un fragment muzical urmărindu-se modalităţile

de exprimare a celor participanţi pe parcursul terapiei. Ca **exerciţii-joc** pot fi folosite:

a) **Desenarea muzicii.** Se alege o bucată muzicală fără text care produce o stare de relaxare asupra subiectului şi nu este exagerat de lungă; i se cere apoi subiectului ca *în timpul* sau *după* ascultarea fragmentului (rămâne la latitudinea lui) să deseneze ceea ce ascultă, ceea ce simte, ceea ce-i transmite melodia respectivă. După finalizarea desenului, se apreciază laudativ compoziţia şi se încep discuţiile privind mesajul muzical-pictural realizat.

Se poate ca, după un timp, o re-audiţie a aceleiaşi secvenţe muzicale de către aceeaşi persoană să realizeze o exprimare plastică diferită. În acest caz, luând în considerare şi decompensările ce-au avut loc în intervalul de timp existent, se pot face comparaţiile de rigoare, observându-se progresul sau regresul, având-se însă în atenţie mai ales detensionările emoţionale ce pot apărea la un moment dat.

b) **Gândul muzicii.** De data aceasta li se cere celor participanţilor să închidă ochii şi să gândească conştient, controlat, pe fundalul muzical (de exemplu: „îmi este bine…”, „mă simt mai bine…”, „sunt liniştit…”, „aştept ceva…”) urmărindu-se gândirea pozitivă. În timpul exerciţiului se va urmări comunicarea nonverbală a subiecţilor pentru a se întregi portretul de mai târziu. După ce s-a scurs timpul acordat „gândirii pe muzică”, participanţii îşi vor deschide ochii şi vor participa la un dialog din care va rezulta modul de implicare a fiecăruia, mesajul şi soluţia la situaţia „problemă”.

Important este ca, în cadrul unor asemenea exerciţii-joc, să se creeze din partea consilierului, o atmosferă de încredere, de siguranţă şi optimism.

3) Art-terapia favorizează o detensionare emoţională prin desen şi/sau pictură. Ea include, în primul rând, **exerciţii de expresie grafică** care se bazează pe realizarea unor desene din poziţiile diferite ale liniilor, realizând, în final, forme cu impact emoţional.

Exerciţii de expresie grafică

a) **Jocul liniilor** se realizează de obicei în grup. Li se cere participanţilor ca, pe o foaie de hârtie (sau la tablă, cu cretă colorată) cu creioane colorate, fiecare, pe rând, să continue o linie începută de conducătorul jocului (forma şi lungimea îi aparţine în decizie), ultimul participant la joc încheind jocul, adică linia. După ce a fost astfel realizată o imagine, participanţii sunt rugaţi s-o definească, motivând titlul ales. Cu toţii sunt antrenaţi în activitate, dând posibilitatea fiecăruia de a spune „ce-a văzut”, dar şi să comunice şi să relaţioneze cu grupul.

b) „**Porneşte de la ele”.** Se lucrează individual, fiecare participant primind o foaie de hârtie pe care sunt desenate linii (frânte, curbe sau cercuri) aleator. Li se cere ca, pornind de la elementele găsite pe foaia de hârtie să realizeze un desen, adică să încadreze formele într-o expresie grafică. Fie că imaginea este cromatică sau nu, imaginea rezultată va fi momentul de pornire într-o viitoare discuţie despre „ce s-a întâmplat pe hârtie”, motivând exprimarea respectivă.

c) **Picasso.** Jocul se desfăşoară în grup, subiecţilor prezentându-li-se o imagine ambiguă (mai deosebită), cerându-li-se să-i dea un titlu. Totul se motivează, urmărindu-se atât comunicarea nonverbală a participanţilor, cât şi reţinerile lor.

Activitatea de expresie plastică

1) **„Completează imaginea!”.** Se lucrează în grup, participanţii primind o singură foaie de hârtie, fiind rugaţi ca fiecare să deseneze ceea ce vor, în aşa fel încât la sfârşitul activităţii, pe planşă să existe o imagine care reprezintă ceva, care transmite un mesaj („bucăţelele” participanţilor să se asambleze într-un tablou). Participanţii nu trebuie să comunice între ei şi nici să nu se informeze despre ceea ce pictează. Se urmăreşte atât dacă munca în echipă detensionează sau nu, cât şi care este climatul şi comportamentul în grup.

E bine ca imaginea realizată să fie expusă câteva zile undeva anume, urmărindu-se atât „comentariile” pe seama ei, cât şi impactul avut asupra celor din grup şi nu numai, dar şi „adausul” la imagine care poate veni din partea acelora care privesc acum „tabloul” şi doresc să-l desăvârşească pe ansamblu.

2) **Tablou din bucăţele.** Se poate lucra individual sau în grup. Pe foaia primită se va găsi un „simbol” (de exemplu: soare, casă, maşină, copil – depinde ce carenţă afectivă dorim să surprindem), cerându-li-se ca acesta să devină sau nu (depinde de impactul creat asupra participanţilor), „eroul” tabloului respectiv. Impactul emoţional poate fi puternic, iar discuţia va fi pe măsura celor „declanşate”.

3) **Viaţa literelor.** Activitatea se adresează în general copiilor, dar poate fi folosită şi la alte categorii de vârstă. Jocul este plăcut, relaxant şi creează, prin imaginaţie şi creativitate, bună dispoziţie. Li se cere participanţilor „să însufleţească” literele din alfabet (mici sau mari, de mână sau de tipar), adăugându-li-se anumite elemente. Ele se vor transforma în fiinţe sau/şi obiecte (de exemplu: „**A**” *mare, de tipar* – într-o scară, „**o**” *mic, de mână* – într-un omuleţ, „**i**” *mic, de mână* – într-o floare etc.).

Antrenată în acest joc, o persoană cu multă imaginaţie poate da „viaţă” întregului alfabet, importantă fiind motivaţia şi discuţia pe care o generează fiecare imagine în parte. Planşele realizate trebuie expuse pentru o anumită perioadă de timp, conferind savoare estetică şi altora.

c) Modelajul din plastilină sau/şi lut reprezintă „nivelul bazal” al posibilităţilor de exprimare artistică. Contactul cu acest tip de material induce o stare de mare satisfacţie şi confort. Utilizarea de „volum”, reprezentarea în spaţiu, canalizează tensiunile subiecţilor spre exterior. Modelajul este mai pasionant (cu mai mare potenţial afecto-gen) decât alte activităţi artistice.

Dacă la început modelajul se poate utiliza şi ca metodă de investigaţie, lăsând copilul/adultul să lucreze ceea ce vrea el din material (indicându-ne astfel, indirect, aspectele perturbatoare), urmând ca apoi activitatea să fie canalizată spre terapie. E important să urmărim comunicarea nonverbală a subiectului în timpul execuţiei, cât şi implicaţiile sau carenţele afective ce pot declanşa mai târziu discuţii individuale sau în grup.

E bine ca la început să se realizeze elemente simple (bile, mărgele, mingi, cuburi), apoi să se treacă la obiecte din jur (fructe, legume, căni, farfurii) şi, în final, să se realizeze colaje şi tablouri cu scene reale sau fantastice. Se pot realiza şi **măşti (**impactul lor emoţional fiind deosebit, detensionează şi totodată „provoacă” participanţii). Dacă este folosit lutul, ghipsul sau alt material ce suportă **culoarea**, se pictează obiectele (după aplicarea procedurii de uscare, ardere), rezultatul devenind exponat sau chiar obiect „uzual”, ştiind că „l-a făcut el, cu mâna lui”.

Este sugestiv, ca şi punct de plecare într-o viitoare interpretare a expresiei artistice prin art-terapie, modul în care **Lucher prezintă semnificaţia culorilor,** pornind de la cele trei ipostaze legate de culoare, aceea de „a reprezenta”, „a fi” şi „a ipostazia afectiv”.

Astfel, **albastrul (1)** reprezintă profunzimea sentimentelor; în acest caz **subiectul** este egocentric, pasiv, heteronom, sensibil, perceptiv, receptiv la relaţii, având drept **caracteristici afective**: liniştea, satisfacţia, tandreţea, afecţiunea.

Verdele (2) reprezintă supleţea voinţei; **subiectul** este egocentric, pasiv, defensiv, autonom, tenace, posesiv, nealterabil, având drept **caracteristici afective**: persistenţa, afirmarea de sine, obstinaţia, stima de sine.

Roşul (3) reprezintă forţa voinţei; **subiectul** este extrovertit, ofensiv, autonom, mobil, competitiv, eficace, având drept **caracteristici afective**: dorinţa, excitabilitatea, dominarea, sexualitatea.

Galbenul reprezintă spontaneitatea. **Subiectul** este extrovertit, activ, inventiv, heteronom, expresiv, ambiţios, investigator, având drept **caracteristici afective**: inconsistenţa, expectativitatea, originalitatea, bucuria de a trăi.

Această semnificaţie „primară” a culorilor dezvăluie mult din dinamica personalităţii; culorile pot trăda tendinţele fundamentale: satisfacţia, nevoia de afirmare, nevoia de a acţiona şi a reuşi, nevoia de a se îndrepta către viitor şi de a spera. Culorile „secundare” sau „acromatice” dezvăluie un mare potenţial de negare, trădând o atitudine negativă faţă de viaţă (negrul, griul, maronul) fiind indicii ale anxietăţii subiectului, sau ale unei atitudini de indiferenţă sau de respingere (e cazul maronului şi violetului).

În literatura de specialitate problematica cromatică a suscitat studii şi cercetări de prestigiu (S. Freud, J. Piaget, C. Jung etc.) iar luările de poziţii ştiinţifice „pe culoare” sunt demersuri delicate şi dificile, realizabile cu precauţia necesară cercetătorului ştiinţific avizat.

12.2. Expresia verbală. Povestea terapeutică

După conturarea elementelor teoretice caracteristice poveştii terapeutice (capitolul 10), vom continua în expunerea noastră finală cu câteva perspective practice, subliniind importanţa empatiei pentru reuşita demersului terapeutic. Pornim de la următoarea poveste asiatică:

„Cică într-o zi, un tânăr îl întreabă pe rabin despre scopul cu care trebuie să povestim:

– Bunicul meu era şchiop, începu să povestească rabinul, iar într-o zi l-am rugat să-mi spună o întâmplare cu tatăl său. Bunicul mi-a povestit că tatăl său avea obiceiul să ţopăie şi să danseze. Angajat în istorisirea sa, bunicul s-a sculat şi a început să ţopăie şi să danseze, precum făcea tatăl său. Şi astfel, din acel moment, el s-a vindecat de infirmitatea sa”.

1. **Povestea lui Ulysse**

Indicaţii terapeutice: incapacitatea de a-şi stabili un scop în viaţă;

Efecte dorite: conştientizarea importanţei cunoaşterii a ceea ce vrem să facem, înainte de a acţiona.

De mai mult timp, Ulysse se pregătea să plece într-o călătorie care să-i schimbe viaţa. El a studiat mai multe limbi străine, precum şi hărţi care să-i arate

diferitele zone ale lumii. Locul de destinaţie era mai puţin important, ceea ce-l interesa cu adevărat, era să plece.

Dificultăţile au început să apară în momentul în care s-a prezentat la o agenţie de turism pentru a-şi rezerva un bilet de avion. Bărbatul de la ghişeu i-a pus mai multe întrebări obişnuite pentru a afla locul şi momentul când vrea să plece.

- Eu nu vreau să merg în Mexic, în Grecia sau în Italia.

- Unde vreţi atunci să mergeţi? l-a întrebat funcţionarul de la ghişeu.

- În mod sigur, nu vreau să merg în Anglia, în Australia şi nici în Germania.

- Pe mine nu mă interesează unde nu vreţi să mergeţi, zise funcţionarul din ce în ce mai nerăbdător. Pe noi ne interesează unde aţi vrea să plecaţi în călătorie.

- Nu mă interesează nici Spania sau Portugalia, nici India sau Rusia, zise Ulysse.

În acel moment îşi dădu seama de impasul său şi se întoarse acasă. În acea noapte a avut un vis: se făcea că se afla într-un aeroport şi privea plecarea mai multor avioane. Deodată îi apăru în faţa ochilor marele Lindberg, primul pilot care a traversat Atlanticul în 1927, care îi adresă următoarele cuvinte: „Avioanele sunt pregătite să zboare, nu contează unde. Pilotul este acela care decide locul unde aparatul va ateriza”.

Puţin după aceea eroul nostru adormi. Dimineaţa, el realiză importanţa cunoaşterii exacte a destinaţiei înainte de a pleca într-o călătorie pe care el încă nu o ştia.

2. Povestea jucătorului de fotbal

Indicaţii terapeutice: dificultăţi în respectarea regulilor unui grup;

Efecte dorite: dezvoltarea solidarităţii, încurajarea muncii în echipă, încurajarea disciplinei; favorizează angajarea şi responsabilizarea fiecăruia pentru sarcinile care presupun participarea mai multor persoane;

La începutul anului, echipa de fotbal a obţinut mai multe succese, dar, în ultima vreme, situaţia a început să se deterioreze. Spiritul de echipă care la început era foarte puternic a început treptat, treptat să se stingă. Dan, vedeta echipei, a început să se simtă tot mai mult preocupat de succes. El era tot mai des violent cu jucătorii din echipa adversă şi uneori chiar cu propriii colegi. În timpul antrenamentelor nu asculta indicaţiile antrenorului şi făcea totul după capul lui. Până la urmă a ajuns să insulte şi spectatorii care îl huiduiau. La ultimul meci s-a certat cu arbitrul, ceea ce a înrăutăţit şi mai mult situaţia. Colegii săi nu mai aveau încredere în el.

Dan era disperat din cauza acestei situaţii, dar nu se mai putea controla. Într-o seară, în timp ce dormea, în faţa ochilor i-a apărut idolul său, Pele. Nu-şi putea crede ochilor, dar Pele se afla în faţa sa, în carne şi oase. Dan i-a explicat care este situaţia şi i-a cerut sfatul.

După ce a reflectat un timp, Pele i-a răspuns: „Dragă Dan, eu ştiu că tu ai un şut de invidiat şi că eşti ambiţios, dar într-o echipă trebuie să ţii cont de reguli. Este suficientă greşeala unei persoane, pentru ca toată lumea să sufere. Dacă tu dai un gol, înseamnă că toată echipa te-a

ajutat, iar dacă ratezi, înseamnă că toată echipa a pierdut. Tu eşti responsabil pentru toţi colegii tăi".

În săptămâna care a urmat, Dan a ţinut cont de colegii săi şi acest lucru l-a ajutat să câştige. Anul următor a câştigat din nou trofeul celui mai bun jucător.

3. Povestea ariciului Pogonici

Indicaţii terapeutice: comportament certăreţ; iritabilitate;

Efecte dorite: reducerea agresivităţii inter-personale;

Într-o pădure trăia un arici care obişnuia să rupă flori şi să le strivească. Într-o zi, o căprioară îl văzu rupând flori şi-l întrebă de ce face acest lucru. Pogonici simţi cum îl cuprinde supărarea:

- Vezi-ţi de treaba ta, că mă superi, zise ariciul.

- Dar nu e bine să rupi flori degeaba, că nu ţi-au făcut nici un rău, îi răspunse căprioara.

Ariciul plecă mai departe. La marginea lacului văzu un iepuraş care dormea. Ariciul începu să fluiere tare:

- Hei, nu vezi că dorm? strigă iepuraşul supărat.

- Puţin îmi pasă, zise ariciul şi plecă mai departe.

Zilele care urmară trecură la fel. Cu fiecare zi, ariciul se simţea tot mai singur pentru că nimeni nu mai voia să se joace cu el.

Într-o seară, în timp ce se întorcea acasă, ariciul căzu într-o groapă. Zadarnic strigă după ajutor, pentru că nimeni nu veni.

4. Povestea furnicuţei Maria

Indicaţii terapeutice: lipsa motivaţiei de a învăţa;

Efecte dorite: valorizarea sarcinilor cotidiene; încurajarea efortului de dezvoltare personală;

A fost odată o furnicuţă care nu voia să muncească. Furnicuţa Maria prefera să stea toată ziua lungită, să se joace sau să alerge. În toate momentele zilei, toate scuzele erau bune pentru a nu munci. Din această cauză, ea se juca mai mult singură, deoarece colegele sale erau ocupate să muncească.

Într-o zi, în timp ce Maria era plecată în pădure să se joace, o zână veni la furnicar. Ea explică tuturor furnicilor că lansează un concurs pentru desemnarea celei mai bune furnici din lume. Fiecare furnică va putea acumula puncte dacă munceşte atunci când trebuie, se joacă în cel mai potrivit moment şi, bineînţeles, are o mulţime de prieteni. Astfel, micuţele furnici se puseră pe treabă pentru că fiecare vroia să câştige. Când Maria se întoarse acasă, văzu că nimeni nu o bagă în seamă. Toate furnicile cântau, zâmbeau şi transportau provizii. Maria se simţi puţin dată la o parte. Până să se culce, reuşi totuşi să afle care era pricina acestei schimbări şi de ce toată lumea era atât de grăbită.

Atunci, Maria îşi zise că trebuie să câştige concursul, că este capabilă să fie prima. Dis de dimineaţă, furnicuţa noastră se alătură suratelor sale. Picioruşele sale erau foarte obosite pentru că Maria nu era obişnuită cu munca, dar ea nu se descuraja deoarece voia să câştige concursul şi să devină cea mai bună furnică din lume. Ea se juca acum împreună cu celelalte furnicuţe şi acest lucru era deosebit de plăcut.

La sfârşitul concursului a constatat că avea o mulţime de prieteni. În aşteptarea rezultatului concursului, toate furnicuţele erau anxioase. Zâna a anunţat în sfârşit marea câştigătoare: „Pentru că a făcut multe eforturi şi a ameliorat rezultatele, o declar pe furnicuţa Maria, câştigătoarea concursului”.

Toată lumea a aplaudat, iar Maria era foarte mândră de ea. Zâna i-a dat şi o diplomă, precum şi următoarele sfaturi: „Rămâi pentru totdeauna o furnicuţă muncitoare şi conştiincioasă. Când îţi vei simţi picioruşele obosite sau când curajul te va părăsi, respiră adânc de trei ori şi vei vedea cum o lumină albastră te va înconjura şi-ţi va da forţa şi curajul de a continua. Această lumină va fi invizibilă pentru ceilalţi, doar **tu** *o vei putea vedea”.*

Trăsături temperamentale

5. Livada

E toamnă. Soarele îşi face loc cu greu printre braţele livezii. Pline de rod şi, Doamne, ce mireasmă au degetele toamnei! Pomii stau la sfat de dimineaţă. Care e vestea? Păi, scările, coşurile şi vorbele copiilor le-au auzit aseară. Spuneau doar atât „mâine culegem".

- N-am să las o nucă să se desprindă din coama mea de crengi şi frunze, făcu războinic, **nucul**.

*- Mi-e indiferent. Tot gem de prune o să ajung! Acum sau mai târziu mă voi acri ca o ...**prună**.*

*- Ce bucurie pe copii! Le voi spune poveşti cu merele de aur, Albă ca Zăpada şi-apoi copt, necopt, nevoie mare, la cuptor sau în compot. Da, bun, proaspăt şi la iarna cine-o fi, **mărul**-măr!*

- Ce mă fac, începu să plângă para. Toţi vor spune: „Pică pară mălăiaţă-n gura lui Nătăfleaţă". Eu

*să trag toate ponoasele pentru toţi, tot eu. Of! Of! Of! Rău e să fi ...**pară**.*

Soarele se-ngrozi şi se ascunse repede după un nor. Ce ţi-e şi cu pomii ăştia! Vorbesc de parcă ar fi oameni!

- Ia, spală-i norule şi potoleşte-i! mai adăugă soarele privind livada.

Şi, ultima ploaie spălă gândurile livezii, umplând coşurile cu picuri de rod bogat.

Lipsa de comunicare şi relaţionare

6. Dă-i mâna ta

Un om se scufundase într-o mlaştină în partea de nord a Persiei. Numai capul îi mai ieşea din mocirlă. Striga din toate puterile după ajutor. Curând se adună o mulţime de oameni la locul accidentului. Unul se hotărî să încerce să îl salveze pe bietul om. „Dă-mi mâna, *îi* strigă. *Te scot eu din mlaştină". Dar cel vârât în noroi continua doar să strige după ajutor şi nu făcea nimic să-i îngăduie celuilalt să-l* ajute. *„Dă-mi mâna" îi ceru omul de mai multe ori. Dar răspunsul era mereu doar un strigăt jalnic după ajutor. Atunci altcineva se apropie şi spuse: „Nu vezi că nu îţi va da* mâna *niciodată? **Trebuie ca tu să îi dai mâna ta**.* Atunci *îl vei putea salva.*

Sacrificiul matern

7. Dragostea de mamă

Un misionar creştin povesteşte cum a asistat la un incendiu în pădurile din Munţii Himalaya, în 1921. *Focul era foarte puternic şi cuprindea copac după copac. Împreună cu un grup de oameni a putut observa*

cum într-un copac înalt, o pasăre se agita deasupra unui cuib cu mulţi puişori în el. Focul se apropia repede de cuib şi nimeni nu putea să-l salveze.

Pasărea ţipa, se agita, se apropia şi se depărta mereu de cuib. Toţi se gândeau că va fugi până la urmă. Cuibul a început să ardă pe margini şi dintr-o dată, mama s-a repezit către pui, i-a acoperit cu aripile ei şi în câteva secunde s-au prăbuşit cu toţii, în vâlvătaie. Avea puterea să se scape pe sine, dar a ales să moară cu cei dragi. De dragul lor, a murit cu ei, nu s-a scăpat pe sine.

Identitatea personală

8. Învăţătorul, un grădinar

Munca unui învăţător este ca aceea a unui grădinar care îngrijeşte diferite plante. O plantă iubeşte lumina soarelui, alta, umbra răcoroasă; uneia îi place malul apei curgătoare, alteia piscurile sterpe ale munţilor. Uneia îi merge bine pe solul nisipos, alteia în pământul gras. Fiecare cere îngrijirea care i se potriveşte cel mai bine, altfel rezultatul nu este mulţumitor.

Identitatea personală

9. Cuiburile murdare

O porumbiţă îşi schimba mereu cuibul. Mirosul puternic pe care îl făceau cuiburile în timp era insuportabil pentru ea. Se plânse de asta cu amărăciune în timp ce vorbea cu o porumbiţă plină de experienţă, bătrână şi înţeleaptă. Aceasta din urmă dăduse de câteva ori din cap şi zise: „Nu schimbi nimic schimbându-ţi cuibul tot timpul. Mirosul care te deranjează nu vine de la cuiburi, ***ci de la tine****.”*

Poveşti scrise de copii

10. Lada cu nisip

Când aveam cinci ani, m-am dus într-o zi cu mama în parc. Cum mă jucam în lada de nisip, am observat un băiat cam de vârsta mea care stătea într-un scaun cu rotile. M-am dus la el şi l-am întrebat dacă nu se joacă cu mine. Aveam doar cinci ani şi nu puteam pricepe de ce nu putea veni şi el în lada cu nisip ca să se joace cu mine. Mi-a spus că nu putea. Am mai vorbit o vreme cu el, apoi mi-am luat găletuşa cea mare, am pus în ea cât de mult nisip a încăput şi i l-am ridicat în poală. Apoi am apucat câteva jucării şi le-am pus şi pe ele acolo.

Mama s-a repezit spre mine şi m-a întrebat:

- Lucas, de ce ai făcut asta?

M-am uitat la ea şi i-am răspuns:

- El nu putea veni să se joace în lada cu nisip cu mine, aşa că am dus nisipul la el. Acum putem să ne jucăm împreună în nisip.

(Lucas, 11 ani)

11. Îngerul meu păzitor

Ştiu că este undeva şi are grijă de mine. Vine câteodată noaptea şi stăm de vorbă. Dar nu e singur. Aduce cu el mai mulţi îngeraşi ce vin şi se aşează în jurul patului meu. Acum, simt că se face lumină în jurul meu şi mi-e bine.

Ştiu că mă sfătuieşti ce să fac. Şi fac ce cred eu că e bine: vorbesc cu florile, ascult păsările, râd, desenez, citesc, povestesc cu bunica, fac gimnastică cu mama şi după amiază... Da, după amiază vând în magazin plante medicinale şi produsele lor. Şi ce dacă nu mă pot mişca foarte bine singură? Îngerul meu

păzitor mă ajută să merg. Şi-mi place să cânt. Unde cânt? Peste tot şi mai ales când pictez.

Da, la „Rază de soare” mi-am deschis o expoziţie. A fost lume multă, dar şi toată familia mea de acolo, pe care-i iubesc. Dacă a fost şi îngerul meu păzitor? Cu siguranţă, doar l-am simţit. Şi sunt aşa de mulţumită că trăiesc! Voi, nu?

(Gelia, 17 ani)

12. Povestea fraţilor mei

Eu sunt un copil sănătos. De ce spun poveşti? Pentru că am avut doi fraţi. Eu sunt fetiţă şi nu ştiu cine a hotărât ca toţi băieţii din familia mea, să nu trăiască.

Sunt tristă şi acum, dar trebuie să fiu tare. Mama şi tata mă au acum numai pe mine şi nu vreau să fiu rea, dar un pic mă bucur. De ce? Păi, când erau cei doi mici şi bolnavi, pe mine nu mă vedeau, n-aveau grijă de mine şi nici de şcoală nu le păsa. Poate că nu puteau. Dar eu, i-am iertat şi acum ne înţelegem bine.

Eu n-am trecut prin boala lor, dar cred că le-a fost greu. Erau cuminţi şi tot aşa sunt şi acolo, în cer.

Că am fost tristă? Nici acum nu sunt bucuroasă fără ei, dar vreau să mă gândesc ce bine ne-am fi jucat împreună. Cu cine mă joc acum? Cu ei câteodată, doar în amintire şi gând.

(Camelia, 11 ani)

13. Suntem nişte învingători

Ştiu că cei de pe coridorul spitalului ne privesc şi se întreabă. Dar, eu şi cu mama nu ne mai mirăm şi ne zâmbim.

Ştii, şi eu şi mama avem aceeaşi boală. N-am vrut să fie aşa, dar, noi suntem puternice. Am aflat acum aproximativ un an că mama are cancer la sân şi

m-am supărat. Dacă a fost supărarea de vină, nu ştiu, dar la puţină vreme, m-am îmbolnăvit şi eu de cancer.

Mama a făcut deja radiaţii şi se simte mult mai bine. Le-a suportat aşa de bine că merge spre normal. Cum a putut? Eu i-am fost alături şi-am susţinut-o chiar şi când a avut batic cu flori pe cap.

Acum, mama stă lângă mine şi mă sprijină. Eu fac perfuzii, dar nu mă tem de nimic. Ne avem una pe ala, ne zâmbim mult şi nici ţie nu trebuie să-ţi fie frică.

Nu vreau să ne compătimească nimeni. De ce? Stai să-ţi spun secretul: Doctorii ne-au dat mari şanse pentru că noi am răzbit aproape boala. Eu merg aşa de bine că în toamnă mă voi întoarce la şcoală, iar mama, şi ea va fi bine.

Aşa suntem noi, învingătoare,şi nu mă mai jenez când lumea se uită la mama şi la mine.

Îi privesc şi le zâmbesc. Asta e arma noastră secretă. Zâmbet cu speranţă!

(Eu, 13 ani)

Poveste scrisă de adult

14. E simplă povestea mea

Am să-ţi vorbesc despre mine şi despre dorinţa mea de a mă bucura în fiecare clipă. Şi ştii de ce? Pentru că îmi vine deja aşa de greu să înghit, iar paşii mei par grei, ca şi a celor de pe Lună.

E şi normal că înaintează boala. Auzi, zic că e normal, dar nu mă las. Vreau să dansez, să ascult muzică şi să mă plimb cu băieţii mei, ca să ascultăm pădurea.

Dacă mă doare? Dar nu mă doare, ci mă strânge, adică muşchii mei s-au cam săturat să mă tot asculte şi atunci... totul se prescurtează cu S.L.A. Nu, că nu glumesc, dar, aşa stau eu, bine cu psihicul meu. Toţi

doctorii se miră, dar ei n-o cunosc pe Psiho. Ea nu mă lasă să trec „Dincolo". „Adică, de ce"? face ea. „Aici n-ai treabă?"

Am să fac repetiţii. Cel mare dintre băieţi merge în toamnă la şcoală şi eu m-am trezit la serbarea şcolară să văd coroniţele.

Dacă mi-e frică? Da, dar mă stăpânesc şi mă bucur de tot şi de toate. Acum vin de la coafor şi-mi place cum arăt, adică mă iubesc şi aşa.

Şi totuşi, respir mai greu, dar nu mă las. Speranţa, credinţa şi încrederea sunt prietenele mele. Dacă e greu? Ştii, n-ar fi mai bine să vorbim despre noile modele de vară şi că eu de doi ani sunt o învingătoare? Te-aştept la un pahar de ... vorbă. Nu uita!

(Anca-26 ani)

Poveşti scrise de adulţi (privaţi de libertate)

15. Nu e un vis

Vreau să te întreb dacă ai fost vreodată părtaş morţii. Ai fost? De ce te-ntreb? Poate pentru a te ajuta să depăşeşti sentimentul fricii ca o moarte de care nu poţi scăpa.

Să ştii că mi-am educat frica, căci eram la început ca o pasăre speriată ce greşea din grija „fricii de a nu greşi". Şi poate, câteodată, un nerv se întindea prea mult, şi-atunci, prietena mea, „Răbdarea" mă liniştea.

Dar dacă totul e un vis? Sigur, acum nu mai e şi nu mă lasă să cred altfel, vorbele fetiţei mele de 5 ani spuse la una din vizitele ei, aici: „Tati, da tu de ce te duci pe uşa aia şi noi pe uşa asta?", cu lacrimi în ochi.

Nelinişite uşi, suflet zbuciumat în mine. De fapt, ce-am făcut? M-am jucat cu fericirea altora când, într-o seară, adrenalina a ieşit la suprafaţă.

Cum rezist? Acum am găsit în jurul meu o mână întinsă. Aceşti oameni, precum degetele de la o mână, sunt alături de mine, mă ajută, mă înţeleg şi mă acceptă aşa cum sunt. Cu cine-aş începe? Cu... munca, şi-apoi restul vine de la sine. Astăzi înţeleg mai multe lucruri şi ştiu că am greşit şi aici, am avut suficient timp să mă gândesc „la" toate şi „de" toate. Dar totuşi, am răzbit şi răzbesc pentru că ştiu să fiu eu însumi şi-acest drept al meu nu mi-l ia nimeni.

Mai am încă ceva de făcut, adică, în timp, să-i dau fiicei mele răspuns la întrebarea ei plină de lacrimi: „De ce-am ieşit eu pe altă uşă?"

(Aurel, 38 ani)

16. Frământând pâinea

Eu ştiu să frământ pâinea. Dar nu fac din ea pâine, ci tot felul de „minuni". Case, animale, păsări, flori şi oameni. Am învăţat să-mi fac lumea mea din pâine. De când? De când stau aici şi-ascult pâinea ce-mi vorbeşte doar mie.

Mă întrebaţi dacă se sfarmă? „Numa' ca gândul, doamnă, şi se rupe ca viaţa".

Da, de aia îmi place mie să frământ pâinea.

(Gheorghe, 62 ani)

Poveste scrisă de copil

17. Povestea baticului meu

Mie-mi plac florile şi baticul meu e cu flori. Da, am 10 ani şi mai port încă batic pe cap. Ce face? Păi ţine loc de… păr. Sigur că nu glumesc, dar pot să şi glumesc, chiar dacă am 10 ani, aşa cum şi tu poţi. Când?

Când vei face raze ca şi mine. Să nu te temi, nici de ele şi nici de batic. Ştii, băieţii poartă şapcă cu cozoroc. Ce haioşi sunt!!!

De fapt, noi în spital ne cunoaştem după batic şi ne salutăm. NOI nu suntem fricoase, ci învingătoare.

Cât îl mai port? Bineînţeles că n-am să aştept să se usuce florile de pe batic şi să le pun în ierbar, ci numai încă câteva zile. De ce? Păi, am descoperit azi dimineaţă în timp ce-mi zâmbeam în oglindă, vreo două-trei fire de păr pe cap.

Ura! Ura! Creşte! Grozav! Gata!

Sigur în toamnă să mă aştepţi la şcoală. Vin în clasa a V-a cu o mare surpriză pentru voi, dragii mei colegi de clasă. Cu ce? cu... flori de pe batic puse în... ierbar!

(Ana, 10 ani)

18. Fluturele poştaş

Odată o rază de soare se îndrăgosti de flori. De cum se arăta soarele prin curtea cerului, ea se şi furişa şi pleca să vadă florile. Le privea praful de pe petale şi se minuna când găsea lacrimile lunii, dimineaţa. Oare de ce plânsese luna?

Dar, se întâmpla că, întârzia des de la grădiniţă. N-aţi ştiut că şi razele de soare merg la grădiniţă? Iar ea, raza călătoare stătea şi le asculta:

- Vai, ce frumoasă e margareta! se minuna rochiţa rândunicii privind spre coada şoricelului.

- Da ce are, dragă, trandafirul de-i supărat? se-ntoarse busuiocul spre muşcată.

- Ha! Ha! auzi că panseluţa şi-a găsit fraţii... pătaţi, se amestecă în vorbă, gura leului.

- Nu mai spune! se miră ochiul boului de peste drum.

Şi aşa, raza de soare se făcu... poştaş. Purta veştile-poveştile, numai că, începu să se coloreze. Luă puţin galben de la păpădie, roşu de la trandafiri, albastru de la vecini, verdele de prin... bucătării, până nu mai semănă cu nimeni. Cum să se întoarcă aşa acasă, toată colorată? şi începu să plângă.

Găsindu-şi raza la uşă, soarele se arătă bun şi înţelegător:

- Iţi plac florile? o întrebă soarele

- Da, răspunse printre suspine raza de soare.

- Ai vrea să stai cu ele? Bine! De astăzi vei fi poştaşul meu. Le vei duce veştile, poveştile. Din raza-ţi de soare colorată, îţi voi croi aripioare mai frumoase decât toate florile. Vei semăna cu ele, dar şi gâzele trebuie să te iubească. O să-ţi zicem „Ture-Fluture" - poştaş cu răvaş, nărăvaş.

De atunci, mulţumind soarelui, Fluturele poştaş n-are odihnă. Acum are drum la grădiniţă. Păi aţi uitat că şi florile au grădiniţă? De aici Fluturele poştaş nu lipseşte niciodată.

19. Iarbă, iarbă, fir de iarbă

- Ocroteşte-mă! Nu mă călca! Se auzi un glas subţirel.

- Cine a vorbit? întrebă Ionuţ din grupa mare privind în jos.

- Eu, firul de iarbă, îi răspunde acelaşi glas subţirel.

Doar atunci Ionuţ observă că era gata să calce iarba şi florile din jur.

- Ştii cine sunt eu? întrebă firul de iarbă. Dacă nu, atunci ascultă povestea mea. „Cică, într-o împărăţie tare de demult, trăia o femeie pricepută la ţesut. Aşa se face că împăratul o chemă la împărăţie dându-i să ţese un covor din flori şi raze de soare. Coşurile o aşteptau

la împărăţie, lângă război, dar razele de urzeală lipseau. De unde să le ia?

Văzând-o necăjită, soarele împrumută femeii câteva raze şi aceasta se şi apucă de ţesut. Galbene cum erau, începură să o ardă la degete pe ţesătoare. Şi, ca să le astâmpere focul, femeia le stropi cu apă limpede şi albastră ca cerul. Vai, ce supărare! Firele de soare se făcură verzi ca tulpinile *şi frunzele florilor. Femeia le prinse între degete. Ce moi erau! Şi ce frumoase! Florile se prindeau parcă singure în ţesătura războiului făcând-o şi mai frumoasă.*

- Unde sunt razele de soare? făcu împăratul privind ţesătura din război.

- Mă ardeau la degete şi le-am stropit cu apă. S-au făcut verzi, spuse femeia privind spre frumuseţea ţesăturii.

Împăratul întinse mâinile spre război să rupă ţesătura, dar femeia şopti:

- S-acoperiţi pământul, fire verzi! Să vă zică ***fire de iarbă****, surori cu tulpinile şi nimeni să nu vă poată scoate din pământ. Unde v-aţi rupt, să creşteţi la loc.*

Şi împăratul văzu cu uimire că în locul războiului, fire mici, scurte şi verzi, presărate din loc în loc cu flori, cuprinseră întreaga împărăţie.

Încercă să le rupă, dar creşteau la loc, tot mai verzi şi mai frumoase.

Acum, privind în jur, Ionuţ mângâie cu grijă firul de iarbă ce era rază de soare stâmpărată cu stropi de apă.

Observaţii

Într-o asemenea manieră se scrie şi se prezintă **povestea terapeutică** pe care consilierul pastoral o poate folosi cu succes, atât când subiectul este copil, cât şi când este adult. E bine, pentru bunul mers al terapiei, în anumite cazuri, subiectul terapiei să fie stimulat să-şi

scrie propria poveste (exemplele anterioare au demonstrat acest lucru).

În cazul în care subiectul terapiei este copil, se cuvine ca acesta să fie deprins:

a) să spună o poveste sau să o creeze (Paşii: 1. să găsească o poveste care să-i placă; 2. să citească şi să recitească povestea preferată; 3. să analizeze personajele; 4. să analizeze ceea ce i-a plăcut cel mai mult; 5. să adauge sau să omită din poveste ce i-a plăcut mai mult sau nu i-a plăcut; 6. să-şi povestească lui însuşi noua poveste; 7. să aibă încredere în sine când spune noua poveste; 8. să repete povestea până o va şti bine; 9. să spună şi altora povestea, acceptând atât lauda, cât şi critica.

b) să aleagă o poveste (Paşii: 1. să aleagă cele mai frumoase poveşti după propria părere; 2. să caute o poveste în literatura clasică sau în realitate; 3. să găsească o poveste care să i se adreseze personal; 4. să cunoască grupul „ţintă” căruia vrea să-i spună povestea; 5. să ia parte la întâlnirea povestitorilor profesionişti; 6. să-şi testeze poveştile selectate prin grupul „ţintă”.

c) să realizeze „fişa poveştii sale”, menţionând titlul, autorul, sursa (carte, bibliotecă, proprie), timpul alocat povestirii, personajele, succesiunea evenimentelor, grupul „ţintă”, genul povestirii.

Încheiem capitolul practic, cu unele întrebări, mai mult sau mai puţin retorice: „Întrebările simple sunt cele mai profunde. Unde te-ai născut? Unde este casa ta? Unde vei merge? Ce faci? Gândeşte-te la toate acestea din când în când şi observă cum se modifică în timp, răspunsul tău”. (R. Bach).

Anexă:

Studii de caz[1]

Tablouri psiho-patologice pastorale. Analizaţi următoarele mărturii, identificând dificultăţile psihologice şi traumele subiectului. Folosiţi-vă de următoarea grilă de interpretare: antecedentele îndepărtate ale situaţiei; antecedentele recente; comportamentul problemă, consecinţele acestui comportament (asupra persoanei, asupra mediului).

O doamnă în vârstă de 39 de ani, foarte tristă, abătută, se prezintă la preot:

„– Am venit pe la dumneavoastră pentru a vă ruga să faceţi nişte rugăciuni. Cine ştie, poate o să-mi fie mai bine. Nu demult am suferit o operaţie de ***cancer la sân****. Din acel moment mi-am pierdut orice elan de a trăi. Sunt dezgustată de mine însămi şi de toată viaţa asta. Nu mai vreau să trăiesc. Îmi pare rău că l-am paralizat în toate acţiunile lui şi pe soţul meu... Mă simt groaznic...*

---

[1] Studiile de caz sunt inspirate din mai multe volume, dintre care amintim: Constantin Oancea, 2002, *Tehnici de sfătuire/consiliere,* Edit. Vavila, Bucureşti; A. Brusco, 1993, *La relazione pastorale d'aiuto, camminare insieme,* ed. Camilline, Torino; G. Bruno, 1995, *Il colloquio psicologico nella Direzione spirituale,* Ed. Rogate, Brescia; I. Baumgartner, 1993, *Psicologia pastorale*, Ed. Borla, Torino; L. Cian, 1992, *La relazione di aiuto, elementi teorico-pratici per la formazione ad una corretta comunicazione interpersonale,* Ed. Elle di Ci, Torino. I. Holdevici, 1996, *Elemente de psihoterapie*, Edit. All, Bucureşti;

Nu ştiu dacă puteţi face ceva... Dacă stau bine şi mă gândesc, **poate e un blestem** *în familia mea. Când aveam doar 12 ani, mama a suferit de un cancer uterin care a „anihilat-o” în mai puţin de 3 ani. După moartea ei, sora mea, cu 3 ani mai vârstnică, a condus toate treburile gospodăriei. Tata, deşi nu s-a căsătorit, nu mai prea era cu noi, deşi venea acasă, seara. Nu ştiu dacă el ne-a iubit, şi cât ne-a iubit. După moartea mamei, a văzut în noi, sigur, urmele vieţii lui de familie, prelungirea în timp a raportului său cu mama. Simt că nu mai vreau să mai trăiesc... fetele mele sunt deja mari, iar eu sunt bătrână. Prefer să nu mai fac umbră pământului. Nu mai sunt bună la nimic. Am fost în şomaj un timp iar acum nu mai beneficiez de medicamente subvenţionate câte mi-ar trebui. Sunt atât de obosită şi de sătulă de tot! Soţul meu nu mai prea calcă pe acasă. Sunt dezgustată. Nu suport nici măcar să mă atingă. Într-o seară m-a invitat la o plimbare. De plimbare îmi arde mie! Mi-e silă de toate şi de toţi. Nu mai suport pe nimeni. Mă oboseşte totul. Vreau să mor...”.*

* * *

Adeseori, ***în spatele unui comportament fobic, se poate ascunde o problemă mult mai complexă şi mai profundă***. Iată un caz în care fobia de a traversa poduri ascunde în spatele ei un fenomen mai complex, care rămâne neobservat de un psiholog atent doar la comportament.

Iţac: *Simt o frică foarte puternică atunci când trebuie să traversez un pod.*

Terapeutul: Mai aveţi şi alte frici sau dificultăţi?

Iţac: *Doar complicaţiile care rezultă din faptul că mi-e frică să trec peste un pod.*

Terapeutul: În ce fel această teamă vă condiţionează viaţa?

Iţac: *Am fost nevoit să renunţ la un loc de muncă excelent la Istambul. Trebuia să trec Bosforul în fiecare zi de două ori. Locuiam pe malul european, în chirie, iar locul de muncă era pe malul asiatic.*

Terapeutul: Locuiţi în Istambul?

Iţac: *Temporar, pentru a face bani pentru familia de acasă.*

Terapeutul: De când timp aveţi această problemă?

Iţac: *De 4 ani. A apărut brusc, când mă întorceam acasă de la serviciu, pe Bosfor, unde uneori se circulă foarte încet. Dintr-o dată am fost cuprins de o stare de panică fără motiv. Îmi venea să intru în maşinile din faţa mea. O dată am avut chiar senzaţia că podul se va rupe.*

Terapeutul: Să revenim la situaţia în care panica a apărut pentru prima dată. Spuneaţi că vă întorceaţi de la muncă. S-a întâmplat ceva la serviciu?

Iţac: *Nimic neobişnuit.*

Terapeutul: Vă simţeaţi bine la serviciu?

Iţac: *Da! Eram chiar propus pentru o promovare.*

Terapeutul: Ce însemna asta, concret?

Iţac: *500 de Euro în plus la salariu!*

Terapeutul: Trebuia să faceţi alt fel de muncă?

Iţac: *Da, din salahor, deveneam supraveghetor al muncii de echipă.*

Terapeutul: Ce aţi simţit în legătură cu această nouă situaţie?

Iţac: *Nu înţeleg, ce vreţi să spuneţi?*

Terapeutul: Mă refer la modul în care aţi perceput responsabilitatea suplimentară. Simţeaţi că sunteţi la înălţimea ei, că puteţi să-i faceţi faţă?

Iţac: *Soţia mea m-a anunţat din ţară că o să vină un bebeluş. Nişte bani în plus mi-ar fi prins foarte bine.*

Terapeutul: Deci, în aceeaşi perioadă aşteptaţi să deveniţi şi tătic şi şef de echipă, promovat într-o funcţie de conducere. Trebuia deci să faceţi faţă la două roluri sociale solicitante: „tătic" şi acasă, şi la serviciu. Aceasta s-a întâmplat atunci când aţi fost cuprins de panică pe pod. Sunt convins că nu aţi ajuns niciodată şef!

Iţac: *Nu, mi-am cerut transferul în alt oraş.*

Terapeutul: Acum, vă rog să analizaţi cu atenţie întreaga situaţie. Aţi avut vreodată vreun accident pe pod sau lângă pod? Sau aţi fost martorul vreunui accident în zona unui pod?

Iţac: *Nu!*

Terapeutul: Lucraţi în continuare la aceeaşi companie?

Iţac: *Nu. Am primit o ofertă mai bună, cu mai mulţi bani. Lucrez la ei de peste un an.*

Terapeutul: Câştigaţi mai mult sau mai puţin decât la Istambul?

Iţac: *Mai puţin…*

Terapeutul: Dacă nu v-ar fi apărut fobia de poduri, şi aţi fi lucrat pe mai departe la Istambul, pentru 700 de euro în plus, unde credeţi că v-aţi fi aflat astăzi?

Iţac: *La Istambul, sigur.*

Terapeutul: Ca „şef”? Bine plătit şi stimat?

Iţac: *Nu ştiu. Poate mi-aş fi dus şi soţia şi copilul acolo. Iar casa din România ar fi fost gata, cu siguranţă. Iar eu aş fi fost respectat pentru munca mea.*

Observaţii:

Terapia, în acest caz, a fost deplasată de la problema fobiei de poduri la unele ***aspecte din istoria vieţii pacientului***. Acesta era cel mai mic din cinci fraţi şi şi-a însuşit ***aprecierea mamei sale*** că, spre deosebire de fraţii săi deosebiţi de dotaţi, ***nu va ajunge niciodată, nimic în viaţă***. A fost utilizată tehnica desensibilizării, dar nu pentru fobia de poduri, ci pentru condiţionările negative din copilărie. A fost realizată o ***ierarhizare a afirmaţiilor făcute de mamă***, afirmaţii care urmăreau ***minimalizarea calităţilor subiectului care a fost imunizat faţă de afirmaţii de acest tip.*** De îndată ce a căpătat încredere în sine, ***fobia de poduri a dispărut la fel de brusc precum a şi apărut***. În acest caz, fobia de poduri avea ***funcţia de a preveni impactul cu neîncrederea şi nesiguranţa sa în domeniul profesional, al competenţei, al responsabilităţii şi al auto-realizării***.

* * *

Un tânăr de 17 ani, care avea întâlniri dese cu psihiatrul din cauza unor atacuri de panică, vine la preot însoţit de mama sa:

Mama: *Părinte, de o foarte bună perioadă de timp fiul meu nu se mai desparte de mine. Se deplasează pretutindeni în oraş doar însoţit de mine. Zice că are nevoie de protecţie. Un timp, după ce am mers la medic, s-a simţit mai bine. I-au făcut ceva tratament chimioterapic. Au dispărut atacurile de panică, s-a mai liniştit. La doar două săptămâni după ce medicul a confirmat că tulburarea este în regresie constantă, cu alte cuvinte e aproape vindecată, a avut o nouă criză de „anxietate”, cu palpitaţii. Nu ştiu că să mă mai fac cu el... poate că-i „vrăjit”. Poate a făcut cineva farmece pe el.*

Preotul: Ultima criză, în ce context s-a declanşat?

Fiul: *Eram împreună cu mama, în autobuz. Dar, spre deosebire de alte dăţi, ea şi-a găsit un loc în autobuz mai în faţă, s-a aşezat, fără să se mai uite înapoi. Eu a trebuit să stau abandonat, în picioare, pe interval. Fiind mare înghesuială, a apărut „criza de nelinişte”. Am simţit că voi leşina. M-am enervat enorm. Ea s-a aşezat bine-mersi, iar eu am rămas al nimănui. Întotdeauna a făcut ea aşa. Nu s-a îngrijit de mine niciodată cu adevărat, nici măcar acum, când vede că sunt bolnav şi neputincios. Am simţit că turbez de supărare. Nu-i aşa că-şi calcă în picioare datoriile?*

Analiză: După ameliorarea stării de sănătate, mama nu i-a mai acordat atenţia „cuvenită” unui bolnav, nu i-a oferit locul în autobuzul aglomerat. Aşa că s-a născut frustraţia „masculului” lipsit de atenţie şi respect,

ignorat. Tânărul suferea de o ***nevoie de protecţie exagerată***, şi avea o modalitate tip „şantaj” de a le comunica. Parafrazarea şi analizarea situaţiei în perspectivă psihologic-pastorală a creat o detaşare a tânărului de situaţia lui anterioară, el însuşi identificând în manifestările sale un orgoliu adolescentin banal, în virtutea căruia un om imatur duhovniceşte poate pretinde să fie servit şi adulat.

* * *

La preot se prezintă un bărbat de vreo 30 de ani, rugându-l să-i facă o rugăciune pentru „dezlegarea cununiei”:

- *Domnule preot, am venit la dumneavoastră din cauza ultimelor mele eşecuri din viaţa sentimentală. Mi s-a spus de mai multe ori că mi-i legată căsătoria, dar n-am crezut. Am trăit câţiva ani cu o femeie divorţată, care avea un copil. E adevărat, ne certam des, iar uneori era necesar să fie abţiguită. Asta pentru că ea nu mă respecta ca pe un adevărat bărbat al ei. Tot timpul lua decizii fără să mă întrebe, iar apoi deciziile se dovedeau a fi insuficient de inteligente. În primul rând, n-a fost capabilă niciodată să recunoască la adevărata valoare pregătirea mea profesională. Eu am făcut o înaltă şcoală de contabilitate, recunoscută de toţi prin valoarea ei. Ea putea fi mândră de pregătirea mea. În al doilea rând, mi-am dat seama că pe primul loc ea nu mă pune pe mine, ci pe fata ei. I-am spus de mai multe ori: „De-ar fi chiar fata mea, n-aş permite aşa ceva! Bărbatul e capul familiei, el conduce, el are primul loc!” Ne-am certat ultima dată ca la uşa cortului, a chemat poliţia şi m-a dat afară din apartament (căci era apartamentul ei), pentru câteva lovituri de pumn ce i le-am aplicat. N-am făcut-o des, dar o femeie, dacă n-o baţi, nu ştie că-i iubită...*

Preotul: Această femeie cu copil este singura dumneavoastră relaţie afectuoasă din viaţă?

- *A, nu... dar ea este ultima, de care m-am legat mai tare. E drept, acum e prima dată când a luat partenera decizia despărţirii. De obicei, eu lichidam o relaţie, atunci când îmi dădeam seama că nu corespunde exigenţelor mele. Foarte multe femei nu înţeleg că şi soţul trebuie să fie protejat, îngrijit, ferit de pretenţiile exagerate ale altora...*

Părinţii mei m-au învăţat dintru început ce înseamnă să fii iubit. Eu – nu am apucat să vă spun – am venit pe lume când părinţii mei erau bătrâni, aveau aproape 50 de ani. Dar ei au fost primii care au ştiut că eu mă voi realiza deplin în această viaţă şi voi fi apreciat de oameni. Eu am fost dintotdeauna o speranţă în mijlocul celor în care am trăit. Mama mea îmi repetă şi acum că voi fi fericit doar dacă soţia mea va vedea adevăratele mele calităţi şi se va ridica la înălţimea performanţelor mele intelectuale şi profesionale.

Preotul: Dar aveţi nişte realizări deosebite, unanim recunoscute?

- *Toate aceste lucruri se vor confirma, fără tăgadă, în viitor. Părinţii meu n-au putut să greşească în intuiţiile lor. De altfel, de îndată ce va apărea un post de contabil bine remunerat la o bancă, voi candida, pentru a se confirma public competenţa mea. De aceea am venit la dumneavoastră să-mi faceţi o rugăciune de dezlegare a cununiei şi să mă ajutaţi să-mi găsesc „jumătatea" ideală. Cred că aţi înţeles exact cum aş dori eu să fie... părinţii mi-au confirmat după fiecare eşec că ei au „pregătite" multe fete potrivite mie, dar eu doresc să fiu sigur că Dumnezeu e cu mine în ceea ce voi întreprinde.*

Analiză: Acest om a fost privit mereu de către părinţi ca o speranţă profesională care urma să se realizeze într-un viitor incert. În fapt, subiectul nu dăduse nici o dovadă a calităţilor sale „deosebite". În pofida nerealizărilor şi a stării prelungite de incertitudine, el se iluziona şi îşi vedea un viitor „dilatat", încărcat de tot felul de şanse. Actuala criză, aparent exterioară, este determinată de ***incapacitatea sa de a evolua de la psihologia unui adolescent la cea specifică unui bărbat matur, generos, tată şi soţ protector***. El se simte încă un adolescent care trebuie adulat, ascultat şi protejat.

* * *

Un tânăr inginer de 32 de ani solicită o întâlnire duhovnicească cu preotul întrucât doreşte „să intre în mănăstire”.

Inginerul: *Părinte, m-am hotărât să mă duc la mănăstire. De fapt, trebuie să spun dintru început că nu am o sănătate de fier. Am palpitaţii la inimă adeseori, stări de nelinişte, cefalee, o stare continuă de nerăbdare, nu-mi găsesc nicidecum pacea. Cred că Dumnezeu îmi cere să mă duc la mănăstire. Acolo voi fi fericit. Acolo pot face orice, muncitor necalificat, îngrijitor de animale, voi trudi la săparea pământului dacă e nevoie..., orice. Nu ştiu cum de am ajuns în starea asta, totuşi recunosc că e disperată, nu mai suport viaţa din lume, vreau să mă retrag, nu mă mai înţeleg pe mine însumi, nu mă mai recunosc, sunt şocat, pentru mine viaţa a devenit insuportabilă...*

Preotul: Ştiţi, viaţa la mănăstire este, realmente, foarte frumoasă, liniştită, densă în trăiri interioare, dar pentru a o gusta, e nevoie de o anumită vocaţie. Ea nu e un mod de a scăpa de viaţa aceasta, de „refugiere” din lume. Vocaţia monahală este (conform învăţăturii Bisericii) esenţială pentru intrarea într-o mănăstire. Aţi recunoscut în trecutul dumneavoastră indicii ale acestei vocaţii?

Inginerul: *Părinţii mei au fost amândoi ţărani, dintr-un sat uitat de lume. Eu, doar prin eforturi supraomeneşti am ajuns să fac o facultate. Când luam vacanţa de la universitate, mergeam uneori o zi întreagă pe jos până acasă, mi se umflau picioarele, căci nu aveam bani de aruncat. Am făcut o facultate de instalaţii. N-am terminat-o cu note mari, dar important e că am terminat-o. Am lucrat un timp pe un post inferior, magaziner, într-o întreprindere. M-am*

descurcat foarte bine pe acest post modest, am primit un salariu corespunzător, din care am trăit suficient de bine. E drept, o mărturisesc ca la spovedit, am trăit mai mulţi ani cu o fată mai uşuratică, unii ziceau că-i prostituată. Eu am iubit-o şi avem împreună o fetiţă. Dar cu câteva săptămâni în urmă m-a dat afară din apartamentul ei, reproşându-mi că-s „neam prost”. M-am dus apoi acasă, la părinţi, care m-au omorât cu criticile lor şi acuzele că nu aduc bani în casă, că de ce am făcut şcoală înaltă, ca să stau acasă la vaci etc.… Aşa că am revenit la oraş, şi m-am angajat ca ajutor de şef de echipă la o întreprindere de drumuri. Nu spun la nimeni, dar dorm în magazia unde subalternii mei îşi ţin salopetele de lucru. Ei locuiesc toţi, la oraş, au casă. Eu n-am nici unde face baie. Asta-i viaţă?

Preotul: Dar care vă este acum starea interioară, aspiraţiile?

Inginerul: *Trăiesc o stare continuă de panică. Sunt îngrozit. Mai tare mă agit de când şeful mi-a spus că o să plece o lună în concediu şi eu o să trebuiască să conduc echipa. Eu nu mă pricep aşa bine la drumuri şi ce-o să mă fac? O să râdă de mine toţi muncitorii! Nu am nici un prieten cu care să vorbesc. Dacă stau bine şi mă gândesc, nici n-ar avea cineva de ce să fie prieten cu mine, căci n-am ce să-i ofer. Întrucât sunt o fiinţă lipsită de valoare, nici femeile nu se uită la mine. Acum am o stare de tensiune că simt că înnebunesc. De-aia am venit la dumneavoastră, altfel mai amânam. Oare n-o să înnebunesc? Nu văd nici o cale de scăpare. Poate, mănăstirea, da…, mănăstirea. Acolo o să mă liniştesc.*

Analiză: Problemele acestui tânăr inginer, absolvent al „universităţii de masă post-decembriste”, şi aceasta după eforturi îndelungate, sunt multiple: de

sănătate, profesionale, de inserţie socială, sufleteşti. Prioritare însă între acestea sunt, la o analiză riguroasă, problema duhovnicească şi cea profesională. Starea de anxietate creştea la gândul că se va face de râs în faţa muncitorilor. ***Incompetenţa profesională este un capitol care poate genera dezechilibre interioare foarte grave pe parcursul vieţii.*** În plus, se impune în cazul lui un program de „reconstrucţie a persoanei”: identitatea de sine trebuia să fie consolidată. Iată evoluţia ulterioară a tânărului: a învăţat să lucreze pe calculator, a locuit un timp într-una din camerele de rezervă ale parohiei, şi-a cumpărat o maşină „second hand”, şi-a câştigat câţiva prieteni în parohie, a urmat un master cu specializare în drumuri, a fost promovat la serviciu. Merge la biserică în fiecare duminică. A rămas o persoană fragilă, întrucât noile sale deprinderi nu sunt încă suficient consolidate, sunt de dată recentă raportat la umilinţele anterioare care apasă asupra trecutului său. A greşit oare preotul că nu i-a recomandat intrarea în monahism?

* * *

La preot se prezintă o doamnă din Predeal, agitată şi cu o fizionomie foarte crispată:

- *Părinte, am venit la dumneavoastră la recomandarea unui psiholog. Eu nu mă simt „acasă" întru cele ale religiei, dar încerc să fac totul pentru sănătatea mea, aşa că „o fac acum şi pe asta". Am fost internată la spital din cauza unui diabet insulino-rezistent. Uite, am aici şi biletul de externare. M-am uitat şi eu ce scrie acolo, căci am făcut şi eu niţică şcoală. Nu ştiu, dar depresia anxioasă care e scrisă acolo nu mi se pare că poate să-mi facă viaţa chiar aşa, un infern. Nu pot să dorm noaptea, sunt tot timpul neliniştită, am gânduri negre, mă agit. Nu mai pot să suport viaţa aceasta.*

Preotul: Doamnă, Dumnezeu este iubire, iar el nu doreşte ca noi să fim nefericiţi şi bolnavi. Boala este o urmare a căderii naturii noastre, dar Dumnezeu poate, şi vrea, să ne redea sănătatea… Dar medicul, ce anume v-a sfătuit să faceţi?

- *Mi-a dat un vagon de anti-depresive, dar fără rezultate. Nu mă simt mai bine şi nici chef de viaţă nu am mai mult. Cât timp le iau, parcă, parcă, lucrurile merg puţin mai bine, dar nu vreau să le iau tot timpul, căci, totuşi, n-am decât 55 de ani, şi doar n-o să mă îndop cu medicamente până în clipa morţii... Nu ştiu ce să mă fac. A zic medicul că doar dumneavoastră aţi putea face ceva, ar trebui să-mi faceţi ceva, n-am înţeles bine, ceva foarte vechi, parcă „spovadă" i-a zis. Aş vrea s-o facem şi pe asta, că nu mai pot.*

Preotul: „Sigur că da, singurul lucru este că această „Taină" trebuie puţin pregătită anterior, printr-un dialog duhovnicesc, care are, la rândul lui, o mare putere terapeutică. „Spovedania", nu este, cum cred

greşit unii, un „tribunal”, ci o „clinică”. Nu este o simplă înşiruire de păcate, ci o dobândire har, ca urmare a regretului pentru erorile comise şi necazurile provocate altora. Toate păcatele noastre sunt o formă de a-L întrista pe Dumnezeu.

- *Părinte, pentru prima dată simt acum că am puterea să vă spun un lucru, pe care nu l-am spus nimănui, niciodată, dar pe care multă lume, parţial, îl ştie. Eu n-am vrut să-l spun nimănui până acum. Viaţa mea a devenit un iad din clipa în care fiul meu, un tânăr frumos şi deştept de 24 de ani a murit într-un stupid accident rutier. Mereu îmi vin nişte gânduri să mă duc, să-l dezgrop şi să-l îmbrăţişez. Dacă aţi şti cât l-am iubit! Şi nici nu cred că i-am spus-o. N-o să uit clipa aceea toată viaţa mea... El era bun şi blând, dar eu eram cam îndărătnică şi poruncitoare. Aşa l-am crescut. Mă credeam o mamă „grijulie”. Plouase, şi carosabilul era umed. I-am zis să nu meargă cu motocicleta în acea dimineaţă la serviciu. Dar... de fapt, de mă gândesc bine, altceva nu avea, iar fără motocicletă, ar fi întârziat. El, totuşi cu delicateţe, nu m-a ascultat. Aşa m-am enervat când l-am văzut plecând, pentru că „nu mă ascultă”, că am zis: „Să dea Dumnezeu să nu te mai întorci în veac! Că n-asculţi de mama ta...!” Fiul meu – îmi vine acum să urlu – s-a întors acasă doar pe catafalc. A alunecat cu motocicleta pe asfaltul ud şi a intrat sub un tir. I-a zdrobit capul. Nu pot să mai trăiesc, nu pot să mi-o iert aceasta până voi muri. Eu sunt de vină... şi cât de tânăr şi de frumos era! Şi avea toată viaţa în faţă... i-a rămas soţia cu un bebeluş de 2 anişori.*

Întrebări orientative în derularea analizei: „De ce nu era această femeie tentată de „sinucidere?”. „Care

era nucleul esenţial, invizibil, generator al depresiei ei cronicizate şi al stării ei perpetue de vinovăţie?”; „Ce-i rămâne de făcut preotului?” Observaţie: modul ei de a gândi este un exemplu macroscopic de „gândire ostilă, de împlinire a profeţiei” (*wishful thinking*) care (odată „împlinită”) a dat naştere unei vinovăţii pe care, de obicei, victima are tendinţa să nu o mai abordeze niciodată.

* * *

Tânărul Sisif are 25 de ani, este foarte slab din punct de vedere fizic, a studiat teologia pentru 5 ani şi doreşte să devină preot. Vine la preot pentru o discuţie duhovnicească.

- *Părinte, simt că am o chemare specială. Ştiţi, am terminat teologia în urmă cu 2 ani, şi am cerut chiar Prea Sfinţitului să mă hirotonească. El a tot amânat, invocând faptul că am făcut doar Teologia Asistenţă Socială, că trebuie încă să mă gândesc bine cum rămâne cu căsătoria etc. Eu sunt cam hotărât la acest capitol, nu vreau să mă însor... vreau şi eu, cum o zis bătrânul acela la Mitropolie: „Vreau să fiu şi eu o ţâră de popă...". Glumesc...*

Preotul: Şi ce aţi lucrat de când aţi terminat teologia?

- *M-am angajat la un cămin de bătrâni. E drept, nu pe post de asistent social, ci de infirmier, căci numai acesta era liber. Dar între bătrâni mă simt bine. Doar când mi-este rău, atunci îmi dau seama că nu e tocmai bine unde sunt. Atunci îmi doresc să fiu preot, căci simt că am o chemare specială: aceea de a continua în zilele noastre într-o manieră specială, lucrarea lui Iisus. De fapt, ştiţi părinte, nu ştiu dacă v-am spus, eu am avut o revelaţie: Dumnezeu mi s-a arătat şi mi-a spus că trebuie să fac un film despre Iisus. Un film al vieţii Lui, în care rolul de protagonist trebuie să-l joc chiar eu. Acest film va emoţiona profund pe toţi oamenii, şi îi va întoarce la Dumnezeu pe toţi circumspecţii. Astfel, lumea se va reîntoarce spre rugăciune, va învăţa din nou să se roage. Eu am adeseori senzaţia clară că eu trebuie să sufăr precum Iisus. Da, acesta este destinul meu, de a suferi ca El.*

Preotul: Da…, duhovnicească revelaţia aceasta… Şi ai mai avut şi alte viziuni?

- *Da... de exemplu, chiar acum pot să vă fac o mare profeţie: Vinerea viitoare, voi avea un accident de maşină la intersecţia dintre Strada „Liliecilor” şi Strada „Lungă”, lângă Magazinul Central.*

Preotul: Bine, dar de unde-ţi vin ideile acestea?

- *Mi-au fost descoperite de „aceia”.*

Preotul: Care „aceia”? De cine vorbeşti?

- *„Ei” sunt în legătură cu poliţia şi cu psihiatrii. Ei sunt permanent cu mine. Nici o clipă nu mă lasă singur. Sunt un adevărat prizonier al lor. Mă ascultă, în continuu, îmi observă activitatea de-a lungul întregii zile, şi îmi poruncesc ceea ce trebuie să fac. Uneori chiar mă tulbură profund... nu demult mi-au cerut să o pedepsesc pe sora mea şi pe mama mea care fumează. Mi-au spus că nu sunt vrednice de mântuire căci l-au trădat pe Dumnezeu. De câţiva ani am un jurnal foarte amănunţit. Uite, când veniţi odată la mine am să vi-l arăt... am ajuns la al 8-lea top de hârtie. Îl ţin închis acasă. Uite aici, ultimul top... uitaţi cât de amănunţit este scris totul aici. Nu mă despart de ele, Doamne fereşte! Pe celelalte 7 topuri le-am închis într-o valiză, iar valiza am închis-o în dulap, iar cheia am ascuns-o în pod. Asta pentru că „ei” vor să mi le fure. Privind acolo, am în detaliu scrisă întreaga mea viaţă... mai ales ultimii ani...*

Preotul: Dar de ce sunteţi atât de slab? Nu mâncaţi? Săriţi peste unele mese?

- *Uneori trebuie să postesc, întrucât aşa vreau „ei”. Atunci rămân pentru câteva zile în camera mea, nu ies din casă, nu vorbesc cu nimeni, sunt preocupat doar de gândurile mele. Dacă aş ieşi, aş fi tentat să mănânc ceva, iar „ei” mi-ar pedepsi fapta, desigur.*

Mărturia finală a preotului (în absenţa lui Sisif): „În anumite perioade de „normalitate”, care durează de obicei, nu mai mult de câteva luni, tânărul Sisif mi-a mărturisit ***cât de util i-am fost pentru a ieşi din „infernul” în care trăieşte.*** Eu personal, nu-mi pot da seama „cât de mult am contribuit” la ***temporara lui vindecare***, şi consider ajutorul pe care i-l acord ***o modestă contribuţie care se adaugă la tratamentul psihiatric*** pe care-l urmează constant domnul Sisif.

* * *

Mariana a avut nevoie de ani mulţi pentru ca să-şi dea seama cât de mult are tendinţa spre depresie. A crescut într-o familie din mica burghezie, tatăl ei fiind vânzător (plin de poftă de viaţă şi dorinţă de căpătuire materială) şi o mamă infirmieră (toată plină de rigoare şi de simţul datoriei). Amândoi părinţii şi-au dorit pentru Mariana ***o viaţă mai bună decât a lor****, iar ea, când va fi mare, să aibă un loc de muncă şi un statut care să fie din punct de vedere social mai bine luat în considerare, mai prestigios. Au hotărât deci ca fiica lor să devină învăţătoare.*

Astfel, de mică copilă Mariana a simţit continuu avertismentul părinţilor ei: „Vei deveni cineva doar dacă eşti superioară celorlalţi”. Aşa că mama face temele împreună cu ea, iar când ceilalţi copii, odată terminată şcoala, se joacă pe stradă, Mariana trebuie să exerseze împreună cu mama cum să citească şi să scrie. Prieteniile ei sunt de foarte scurtă durată, deoarece ea n-are voie să se joace pe stradă, nici să participe la sărbătorile şi onomasticele colegilor. ***Devine prima din clasă, dar este singură.*** *Când se ajunge la sfârşitul de săptămână,* ***acasă i se pare că stă precum într-un cimitir,*** *şi de-abia aşteaptă ziua de Luni, chiar dacă în clasă nu are nici o prietenă. Dar totuşi este mai liniştită decât sub continua supraveghere a mamei.*

Când poate, în sfârşit, să înceapă studiile superioare, Mariana răsuflă uşurată: dar nu ştie cum să-şi petreacă timpul liber, nu a învăţat încă să-şi petreacă într-o manieră plăcut şi relaxată timpul liber. Aşa că petrece ***acest timp de la sfârşitul săptămânii în muncă. Acest fapt îi dă siguranţă*** *şi doar atunci când a lucrat îndestul de mult se simte într-o oarecare măsură bine.*

*Atunci când devine învăţătoare într-*un sat vecin, *îşi dă seama că este, de fapt, „**mortal de obosită**”. Se simte stoarsă, epuizată, incapabilă să facă lecţii dinamice, fără suflare. Totuşi, se târăşte la muncă cum poate.* ***Odată terminate orele de şcoală, se aruncă pe pat.***

Medicul, la cererea directorului şcolii, îi prescrie câteva medicamente care pentru câtva timp o smulg din umorul ei trist. Progresiv, se simte mai bine. După ce şi-a petrecut concediul de vară la părinţi, se simte din nou bine. Dar durează puţin. I se pare că directorul şcolii îi apreciază negativ eforturile la şcoală şi că e nemulţumit de ea. Totuşi, nu are curajul să-l întrebe dacă ceea ce ea gândeşte este adevărat. În fantezia ei, ***această idee al presupusului ei faliment devine tot mai insistentă*** *şi se înstăpâneşte în ea.* ***Nu mai citeşte****; îi este frică de zgomote, iar dacă vecinii trântesc uşa, tremură de groază. Dar, mai presus de toate,* ***îi este frică de viitor, de viaţă****. „Aş fi fost mulţumită dacă mi s-ar fi prăbuşit tavanul în cap, căci atunci totul ar fi luat sfârşit. Nu ar mai fi trebuit să mă întreb atâta* ***dacă n-ar fi fost mai bine de nu m-aş fi născut!”.*** *De atunci, Mariana* ***se gândeşte serios să-şi ia viaţa****…*

* * *

Iată relatarea despre sine a unei tinere de 22 de ani, studentă în anul III la arhitectură:

- *Părinte, sunt într-o stare de nedescris. Nu ştiu dacă voi mai găsi vreodată vreun prieten pe care să-l iubesc, cu care să comunic, care să mă înţeleagă. Nu sunt o fire practică. Nu cred că aş putea să cresc un copil, deşi îmi doresc mult să fiu în rândul lumii, să am un scop pentru care să trăiesc. Mi-e teamă c-aş putea să mă îmbolnăvesc din nou, stând în stres şi făcând efort la facultate. Am sentimentul că vârsta mea psihică şi fizică este de 16 ani, şi că nu voi putea niciodată trece de acest prag. Toate aceste neputinţe îmi dau o tensiune foarte puternică, insuportabilă, care îmi mănâncă energia. Aş vrea să fac „design", sau cel puţin mă atrage, dar nu vreau să-mi schimb profilul acum. Deviza „totul depinde de tine" mă sperie, pentru că până acum nu am realizat nimic. Nu am lucruri de care să fiu ataşată, nu mă mai entuziasmez de nimic. Sufăr când văd perechi de tineri pe stradă etc. Am început să plâng des. Nu mai văd sensul vieţii. nu ştiu pentru ce să lupt. Am greşit pentru că sunt prea diferită de ceilalţi. Îmi plac foarte mult formele lucrurilor, culorile... dar nu pot să mă transfer de la arhitectură... dacă trec la colegiul de design o să mor. Nu ştiu cum să fac să promovez şi anul III unde sunt. Îl simt ca ceva imposibil de finalizat. Eu nu mă mai pot da jos din pat... e drept că la colegiu aş dobândi mai uşor o diplomă de absolvire şi aş avea imediat un serviciu în mână. Dar nu asta mă interesează acum. Eu nu mai pot să trăiesc... Şi când mă gândesc ce fată eram! Am fost şefă de promoţie la Liceul de Informatică din Cluj. Am fost în relaţie numai cu premianţi şi oameni de mare succes!*

Colegii şi colegele mele au terminat facultatea. Şi când mă gândesc la „redusa aia” de Erji. Era atâta de superficială şi avea rezultate slabe la învăţătură. Iar ea s-a licenţiat iar eu stau blocată în anul III. Vreau să mor. Nu pot admite să fiu o ratată... Şi când mă gândesc cât de mult am muncit! Am depus toată energia în proiecte şi în învăţat. Am stat la acel proiect până noaptea la 3 şi jumătate. Nici prin cap nu mi-a trecut că o să iau doar 9. De-atunci totul mi s-a prăbuşit înaintea ochilor. Toate mi-au mers rău de atunci încolo. Vai, dacă mă gândesc bine, până acum nu am realizat încă nimic”.

Observaţii: Analiza stilului de exprimare a acestei studente a evidenţiat trăsături obsesionale: ***grijă excesivă pentru amănunte şi perfecţiune,*** precum şi ***deviza: „calitate sau nimic”.*** Se observă în expunerea fetei multă debusolare, o gândire negativistă, un sentiment de neputinţă, şi transpar câteva standarde de la care ea nu este dispusă să abdice. În cazul afirmaţiei „nu mai văd sensul vieţii” lipseşte o bucată importantă pe care trebuie să o intuiască preotul: „Nu mai văd sensul vieţii… în afara reuşitei obţinerii licenţei la facultatea de arhitectură”. Convingerea filosofică fundamentală a fetei („trebuie să realizez lucruri mari pentru a putea exista, pentru a fi demnă de familia mea şi de colegii mei”) poate fi identificată în subconştientul ei. „Până acum nu am realizat nimic”. Este o aserţiune care tinde să ignore sau să minimalizeze faptul că a absolvit un liceu foarte buni şi 2 ani de facultate care ar putea fi valorificaţi în diferite moduri. Ei reprezintă o bază de plecare reală. Negarea devizei „totul depinde de mine” ascunde frica de asumarea răspunderii şi de acceptare a unei situaţii mai puţin convenabile pe moment. Aceasta ar putea

include schimbarea profilului, solicitarea de ajutor, acceptarea obţinerii de note mai mici, şi definirea ca obiectiv principal a următoarei idei: „Să accept o evoluţie universitară mai puţin glorioasă dar să merg mai departe!”. În spate este percepţia vagă că acceptarea unui nou mod de existenţă ar reprezenta un „prag de netrecut”. ***(Constantin Oancea, 2002)***

* * *

Alice: *Mă gândeam la felul cum mă port la serviciu. Mi-am făcut un obicei să încerc să fac oamenii să se simtă bine în jurul meu, să aplanez conflictele…*

Preotul: *Cu alte cuvinte, faci eforturi ca lucrurile din jurul tău să se desfăşoare cât mai lin şi oamenii să se simtă cât mai în largul lor…*

Alice: *Da. Cred că asta este. Motivul pentru care o fac nu este că aş fi „bunul samaritean” care încearcă să-i facă pe clienţi fericiţi, ci pentru că mi-e mai uşor să joc rolul ăsta. L-am jucat mult timp şi acasă. Nu mi-am susţinut niciodată cu tărie convingerile în cazul în care am avut cu adevărat vreo convingere pe care s-o apăr.*

Preotul: *Simţi că de mult timp joci rolul persoanei drăguţe care netezeşte asperităţile şi aplanează conflictele?*

Alice: *Da.*

Preotul: *Aceasta mai degrabă decât să ai propriile tale opinii sau reacţii... Nu-i aşa?*

Alice: *Asta este. Nu am fost niciodată cu adevărat eu însămi sau nu am ştiut care este „eul” meu real. Ar trebui să joc propriul meu rol, pe care nu-l poate juca nimeni altcineva şi care ar trebui jucat. Voi încerca să dau viaţă acestui rol.*

* * *

Florica, o femeie cam de 34 de ani, se prezintă la biroul parohial.

F.: *Ştiţi, v-am telefonat alaltăieri pentru a stabili o întâlnire...*

Pr.: Da, desigur, v-am aşteptat. Luaţi loc, vă rog…

F.: *Ştiţi, n-aş vrea să vă fac să pierdeţi foarte multă vreme cu mine. Situaţia se prezintă astfel: eu m-am hotărât să divorţez. Şi aş vrea să ştiu ce aş putea să fac ca să fiu sigură că totul îmi va merge bine în viitor. Vreau divorţul bisericesc, căci acesta ştiu că garantează un viitor cu Dumnezeu. Dar îl vreau şi pe cel civil. Nu prea mă descurc la formalităţi. Cunoaşteţi vreun avocat bun?*

Pr.: Desigur… între consilierii parohiali avem şi un avocat. În parohie sunt chiar mai multe cabinete de avocatură.

F.: *Îmi închipui că sunt oameni de încredere...*

Pr.: De încredere?

F.: *În sensul că sunt foarte competenţi, rapizi, oneşti şi... nu prea costisitori!*

Pr.: Desigur, doamnă… preţurile sunt fixe, le puteţi cunoaşte dinainte, sunt afişate la fiecare birou în parte, iar în ceea ce priveşte competenţa nu trebuie să vă faceţi probleme, căci cei pe care vi-i recomand sunt toţi specializaţi în cauze matrimoniale.

F.: *Ce părere aveţi, trebuie să-şi ia unul şi soţul meu, sau trebuie să i-o propun eu?*

Pr.: Adică vă întrebaţi dacă sunt necesari doi avocaţi sau dacă ajunge unul singur?

F.: *Da, căci nu ştiu dacă avem bani pentru doi avocaţi!*

Pr. Cred că este suficient unul singur. Totul este ca soţul dumneavoastră să fie de acord…

F.: *E drept că asta nu o ştiu... pentru că încă n-am apucat să vorbesc cu el. Nu ştie că acum m-am hotărât să divorţez... chiar dacă am vorbit de mai multe ori despre o posibilă separare a noastră...*

Pr.: Vi se pare foarte dificil să-l puneţi în temă cu această decizie a dumneavoastră?

F.: *Da, desigur..., pentru că, vedeţi, nu aş vrea să-l fac să sufere...*

Pr.: A… vă temeţi să nu-l răniţi… dar aţi luat totuşi decizia divorţului…

F.: *Da... eu n-am crezut că viaţa mea va avea un asemenea deznodământ... avem doi copii... Oare e adevărat că ei, copiii, suferă enorm când părinţii se despart?*

Pr.: Deci sunteţi preocupată şi pentru ei… pentru cum vor reacţiona, ce vor gândi… dacă vor suferi…

F.: *Dar, dar ce altă alternativă am? Cu doi ani în urmă mi-a mărturisit că are o altă femeie. Apoi s-a jurat că aventura lui este definitiv încheiată, dar să-i las puţin timp să-şi revină. De atunci... vai, de atunci tot timpul am parte de jurăminte de fidelitate, de promisiuni de iubire eternă, de gingăşii fără seamăn... e plin de afecţiune, îmi aduce uneori cafeaua la pat, îmi cere încontinuu iertare... însă eu am rămas blocată în acel punct... al trădării... al infidelităţii...*

Pr.: Dumneavoastră nu aţi vrut să acceptaţi schimbarea lui în bine, convertirea… să-i zicem aşa…

F.: *El îmi spune că mă iubeşte încă... şi eu îl iubesc, dar nu mai pot avea încredere, mă tem... nu mai am răbdare... nu ştiu ce-i cu mine...*

Pr.: Nu mai aveţi putere…

F.: *Da, îmi lipseşte puterea, mă simt dezamăgită... nu mai am putere să cred în promisiuni...*

Parcă nu mai am nici speranţe... Ştiţi, soţul meu este un om care dă naştere, inevitabil, unor legături foarte profunde... cu toţi cei din jur... aşa că, după cum s-a legat profund de mine... mă întreb, nu cumva şi cu femeia aceea, are o legătură solidă?... gândul acesta mă înspăimântă... chiar m-am gândit odată s-o sun... să vedem care este situaţia...

Pr.: S-o sunaţi pe ea? Dar de ce s-o sunaţi pe ea?

F.: *Pentru a înţelege situaţia mai în detaliu... dar mă tem să nu stric mai tare... Aş fi vrut să ştiu ce are ea în plus faţă de mine... ce l-a atras pe soţul meu la ea... mă tem că este o chestiune de sex... anumite femei... ştiţi... îi atrag pe bărbaţi prin tot felul de metode... of... Aoleu... trebuie să plec să-mi iau copilul de la grădiniţă... La revedere, părinte!...*

Pr.: Plecaţi? Să vă dau adresa avocatului?

F.: *A... nu... mă gândesc să mai trec pe la dumneavoastră părinte... altă dată, să mai vorbim...*

* * *

Analiză: Acest caz prezintă o dificultate specială în tipul solicitării, care l-ar putea determina pe preot – voluntar sau nu – să ia o poziţie anume şi să o influenţeze pe femeie în decizia pe care o va lua. ***Dacă preotul ar fi fost unul dintre acei consilieri care nu are simţul nuanţelor, nici subtilitate în pledoarie***, sau care se teme de un deznodământ care, la prima vedere, merge contra moralei, dialogul pastoral ar fi avut, posibil, un cu totul alt final. Dar iată că, într-o ***atmosferă empatică, respectuoasă***, fără a o judeca pe femeie, credincioasa, ***însoţită afectiv de preot pe tot parcursul întrebărilor şi frământărilor ei, fără intervenţii invadatoare din partea preotului***, a avut posibilitatea să facă să ţâşnească din adâncul fiinţei ei o realitate pozitivă,

sentimentele proprii să se manifeste, să regândească anumite decizii pripite, care s-au dovedit până la urmă a nu fi suficient de inteligente (şi nici definitive!).

* * *

- *Vai, părinte! Cât de mult s-a schimbat viaţa mea în ultimul timp! Nu ştiu ce să mă fac, am descoperit, aşa, parcă dintr-o dată, că am un aspect respingător! Şi mă doare enorm lucrul acesta, chiar dacă vedeţi, am 50 de ani. Mă gândesc că deja am trecut cu mult de jumătatea vieţii mele. Au trecut atâţia ani! Sigur, câţi ani au fost... nu vor mai fi... Mintea mea îmi sune că nu ar trebui să-mi pese la vârsta mea de cum arăt, dar mi-e imposibil să fac abstracţie de asta. Simt că trebuie întotdeauna să mă machiez bine, înainte de a ieşi în lume, pentru ca lumea să nu-şi dea seama că am o piele murdară. În plus, dacă mă analizez bine, îmi dau seama că sunt prea roşie în obraz.*
- *Bine, dar toate trebuie să aibă un început. De când credeţi că a apărut această problemă?*
- *Cu câteva luni în urmă, am fost la coafor cu o prietenă de-a mea. Mi-am făcut părul şi a trebuit să stau aproape o jumătate de oră cu capul sub casca de ondulat. Cred că am exagerat, căci pielea de pe frunte şi cea de pe obraz s-a înroşit un pic. Eu nu mi-am dat seama de asta, dar la ieşirea din coafor m-am întâlnit cu o fostă colegă de serviciu care m-a apostrofat: „Ai înnebunit? Ce-ai făcut? Nu vezi cum arăţi?”. M-am grăbit spre casă şi m-am privit atentă în oglindă: mi s-a confirmat ce-mi spusese colega, aveam un aspect oribil, din cauza pielii înroşite, dar şi a ansamblului chipului meu. Aşa că după acest episod traumatic, m-am hotărât în inima mea să ies tot mai puţin în lume, căci n-aş vrea să râdă lumea de mine. M-am dus şi la medic care mi-a dat ceva alifii să mă ung din când în când, căci pielea mi se părea tot timpul inflamată şi murdară. Vai, viaţa mea a devenit un infern...*

- *Vai, nu trebuie nici să vă alarmaţi fără rost... Eu v-aş pune altă întrebare: dacă staţi bine şi analizaţi situaţia, oare starea aceasta emotivă care acum vă stăpâneşte, nu aţi mai experimentat-o în trecut? Poate chiar în copilărie? Sau este o trăire realmente nouă?*
- *Dacă stau bine şi mă gândesc, îmi amintesc că, în adolescenţă, pubertate, nu mai ştiu, eram tare necăjită căci aveam acnee. Şi colegele de clasă aveau motiv să se creadă superioare. Ştiţi, era tocmai vârsta când orice fată îşi doreşte extrem de mult să fie cea mai frumoasă. Veneam acasă tristă de la şcoală şi plângem ore în şir. Credeam că o să rămân nemăritată din cauza aceasta. Dar cu timpul, mi-a trecut...*

* * *

Analiză: Doamna noastră are ***un concept de „sine" radical corporal***, condensat în expresia: „Arăt oribil!". În această expresie se află sintetizată verbal toată ***imaginea despre sine a femeii, precum şi raportul ei cu lumea şi cu semenii***. Conceptul de „sine" este rezultatul unui proces de formare, de învăţare, fructul unor experienţe, şi este format în contradictoriu cu mediul.

Avem un concept normal de „sine" în cazul unei persoane care poate recepta şi elabora experienţe fără nici o frică interioară. Ea este în continuă evoluţie, deschisă şi în armonie cu noile experienţe. O astfel de persoană este complet deschisă în faţa comunicării, acţiunile ei se bazează pe un maxim de experienţă a realităţii, ea este liberă în faţa conflictelor mari sau a tensiunilor, beneficiind de armonie interioară.

* * *

O tânără de 27 de ani s-a prezentat la preot epuizată:

- Am venit la dumneavoastră, părinte, căci am ajuns la capătul puterilor. Cred că pe toţi cei din jurul meu i-am epuizat. Ştiţi, eu sunt foarte bolnavă… de mult timp am nişte senzaţii foarte dureroase în zona toracică, care devin insuportabile câteodată, fapt ce mă înspăimântă îngrozitor. Mi-e frică că o să mor. Am o mătuşă medic internist cu vechime şi experienţă, pe care o deranjez ori de câte ori am vreo criză. Am ajuns s-o sun şi de 9-10 ori pe zi. S-a săturat de mine… Uneori îmi şi închide telefonul în nas. Nu mai pot să am grijă de soţ şi de copii. Ieri a plecat soţul la serviciu cu cămaşa necălcată căci n-am apucat s-o calc şi mi-a dat telefon o verişoară de-a lui, colegă de la serviciu, şi m-a apostrofat făcându-mă „nesimţită” şi „ipohondră”… Mă întreb cu disperare: oare chiar sunt nebună? Copiii s-au îndepărtat de mine şi mai nou locuiesc la bunici, care îi ajută şi la teme. Ce să mă fac? Cred că pe toţi i-am pus pe jar cu boala mea…

Preotul: *Bine, dar boala dumneavoastră este una confirmată de un medic specialist?*

- Durerile mele sunt prea mari pentru a nu fi vorba de o boală foarte gravă. Eu mă gândesc că este vorba, sigur… de un cancer pulmonar. Mătuşa mea nu a infirmat supoziţiile mele. Mai nou simt o umilinţă imensă când trebuie să apelez din nou la mătuşa. E sătulă de mine. La început se frământa realmente pentru viaţa mea, dar mai nou nu o mai interesează… Am repetat de nenumărate ori analizele generale şi pulmonare, dar rezultatele au fost, spun doctorii, normale. Şi totuşi eu mă simt atât de rău… mai ales când mă apucă durerile: nişte senzaţii atât de neplăcute, iritante, doborâtoare, paralizante, sfâşietoare…

Preotul: *Oare… v-aţi dat seama… că în ultimul timp aţi pornit într-o vânătoare de senzaţii dureroase, că nu faceţi altceva decât să vă contabilizaţi cu precauţie fiecare criză, întrucât acestea vă confirmă presupusa boală, şi aţi uitat să luptaţi cu senzaţiile? Ce aţi zice dacă veţi încerca singură să vă distrageţi atenţia de la presupusele dureri, să le ignoraţi, să nu mai luaţi în seamă nici un posibil indiciu de cancer pulmonar? Şi chiar dacă apar, să nu o mai sunaţi pe mătuşa nicidecum?*

Analiză: Surpriza cea mare a fost că, după câteva zile în care a reuşit să-şi reducă atenţia supra senzaţiilor, acestea şi-au diminuat intensitatea şi frecvenţa, telefoanele de ajutor la mătuşă s-au sistat, iar mătuşa a intrat în alertă şi a început să telefoneze ea însăşi pentru ca să o întrebe despre boală, ceea ce sugerează faptul că rolul ei de sfătuitor îi convenise de minune. Preotul a aplicat aici metoda ***relativizării unor convingeri aparent ferme,*** prin aplicarea unei formule relativizatoare. El a reuşit ***transferul atenţiei de la pretinsa durere, la starea interioară paralizantă de neputinţă care îi împiedica activitatea***. S-a creat astfel o deschidere către analizarea senzaţiilor de neputinţă şi de neajutorare, care nu mai sunt aşa de ameninţătoare, pentru că fiecare ştie că ***senzaţiile sunt totuşi aspecte subiective, mai curând nişte păreri***.

* * *

Este vorba despre un colocviu duhovnicesc al unui preot tânăr, fără experienţă deosebită, cu o tânără de 25 de ani, pe nume Bianca, venită la biserică cu nişte dificultăţi deosebite. Iată-i în colocviu în diaconiconul bisericii, aşezaţi lângă icoana şi tetrapodul consacrat spovedaniei.

B: - *Părinte, am venit la dumneavoastră pentru a-mi clarifica o problemă extrem de importantă pentru viaţa mea şi pentru viitorul meu, care mă apasă de foarte multă vreme, dar căreia nu-i găsesc singură nici o rezolvare...*

Pr.: - Eu sunt aici tocmai pentru a vă asculta şi călăuzi după putinţă.

B: *Dar să ştiţi că mi-e foarte greu să vă spun... Nu ştiu cum să încep... Poate că ar fi bine să vin altă dată... deşi am tot amânat...*

Pr.: Cândva trebuie să vă luaţi inima în dinţi şi să vă uşuraţi. Poate acum e momentul, căci vedeţi… amânarea la infinit nu rezolvă de fapt o problemă. E bine că Dumnezeu v-a dat curajul să vorbiţi cu cineva despre problemele sufleteşti care vă apasă… Iar omul lui Dumnezeu e, în general, persoana cea mai potrivită pentru confidenţe…

B: *Aşa este... Aşa de mult aş vrea să fac lumină în viaţa mea, în trecutul meu, în ceea ce simt, în ceea ce vreau pentru viitor... de fapt, pentru a nu mă învârti în jurul subiectului fără rost, iată problema mea: vrea să ştiu dacă sunt sau nu homosexuală... iată, am zis-o!*

Pr.: Aveţi dubii în privinţa orientării sexuale şi vreţi să vă clarificaţi adâncurile psihicului şi tendinţele necontrolate…

B: *Nu ştiu „dacă” şi „cât” de important este trecutul... Familia mea este un dezastru. Tatăl meu a murit mai de mult, mama mea este o femeie distantă, care nu îşi înţelege copiii. Lucrează ca femeie de serviciu la o şcoală.*

E foarte rece şi sătulă de copii. Aşa că şi pe noi, cei de acasă, ne-a neglijat. Nici nu cred că au interesat-o vreodată frământările şi zbuciumul nostru interior. În viaţa şi copilăria noastră ea a fost „o mare absentă”, chiar dacă locuiam împreună. Nu m-a înţeles niciodată, nici n-a încercat să mă înţeleagă...

Pr. Nu a fost o persoană cu care să vă sfătuiţi, în care să vă încredeţi…

B: *Aşa e... Fratele meu, în schimb, este homosexual. Are 27 de ani, şi nici nu luptă prea mult să ascundă acest fapt. Acum este în spital... doctorii încearcă să-l salveze după a treia tentativă de suicid. S-a aruncat în faţa unui tir...*

Pr.: Dumneavoastră sunteţi fiica cea mai mică…

B.: *Da, sunt cea mai mică... şi sunt cea care am vrut să fac carte... adică am urmat un colegiu feminin pentru a deveni educatoare. Şi gimnaziul l-am făcut tot acolo. Dar după aceea n-am reuşit la titularizare şi deocamdată lucrez la un depozit de carte. În schimb, la gimnaziu, am avut parte şi de nişte experienţe stranii. Când aveam vreo 14 ani, una dintre angajatele de la cămin, aveam vreo 6, o pedagogă, a încercat să aibă raporturi sexuale cu mine... Eu am refuzat-o categoric... nu pentru că nu mi-ar fi plăcut... ci pentru că făceam religie la şcoală şi ... mi-era frică că-i păcat...*

Pr.: Da… acest tip de experienţe lasă urme adânci…

B.: *Aţi înţeles oare? Am zis că n-am acceptat relaţiile pentru că mi-era frică de Dumnezeu, nu pentru că nu mi-ar fi plăcut... şi aici începe frământarea mea... Mai apoi, am mai avut multe oferte. Una dintre ele, chiar cu o lună în urmă. Aş vrea să ştiu de ce lucrurile acestea sunt pentru mine o aşa de mare ispită... mi-e frică că voi ceda, căci, în adâncul fiinţei mele, simt că mi-ar place aceste experienţe...*

Pr.: Aveţi încă tăria să vă opuneţi…

B.: *Da... dar nu ştiu până când... bărbaţii nu mă interesează. Ideea însăşi a unui raport cu un bărbat îmi face greaţă. E mult diferit faţă de cel cu o femeie. Cel cu o femeie mi se pare anormal, aşa îmi spune mintea, dar îl doresc; dar cel cu un bărbat mă face să mi se întoarcă stomacul pe dos. Gândiţi-vă că am un prieten foarte bun, ne mărturisim unul altuia totul... Şi mi-a fost rău după ce el, odată, m-a sărutat pe un obraz. El ştie că am aceste ciudăţenii şi-mi tot spune că într-o zi le voi depăşi...*

Pr. Iar dumneavoastră nu ştiţi cum să depăşiţi această situaţie şi vă simţi precum închisă într-o colivie…

B.: *Da, e chiar aşa... E ca şi când te strânge enorm un pantof, iar la urmă iei decizia să te descalţi, să umbli mai bine aşa, căci e mult mai lejer...*

Pr.: Totuşi e foarte important să faceţi lumină în tot ceea ce simţiţi…

B.: *Da, da... uneori mă gândesc că sexul nu-i aşa important, că putem trăi foarte bine şi fără asta. Dar totuşi, ca orice om, am şi eu atâtea gânduri şi ispite... şi mai simt că aş avea şi eu atâtea de dăruit... aş vrea şi eu să mă dăruiesc, să aduc lumină în viaţa cuiva... mă simt bogată, chiar dacă foarte diferită de alţii... fac lecţii cu copiii săraci, însoţesc o bătrânică şi îi fac cumpărăturile, am grijă de ea, dar nu mă simt satisfăcută doar cu atât...*

Pr.: Toate acestea nu sunt suficiente pentru a vă umple viaţa de belşug şi mulţumire…

B.: *Viaţa este frumoasă şi sunt atâtea lucruri de făcut... Eu vreau să înţeleg ce sens are viaţa mea, trebuie să-i găsesc sensul...*

Pr. Acesta e lucrul cel mai important… Şi care ne aduce întotdeauna la Dumnezeu. E un lucru mult mai important decât toate celelalte… chiar şi decât faptul de a şti dacă sunteţi sau nu homosexuală…

* * *

Un tânăr de 23 de ani a venit la preot după ce a fost la medic acuzând o astenie.

- *Părinte, am venit la dumneavoastră pentru că în ultima vreme mă simt foarte rău, foarte epuizat, mi-a slăbit enorm memoria şi deseori mi se înceţoşează vederea. Medicul m-a fuşerit şi nu m-a băgat în seamă cum aş fi vrut. La anul voi încerca a 5-a oară la Facultatea de Teatru, secţie Regie. Vreau neapărat să reuşesc pe locurile fără taxă, pentru ca să nu suprasolicit părinţii. Sunt hotărât să nu mă las orice ar fi. Ştiţi, eu sunt un descendent din marea familie a Brătienilor, şi toţi înaintaşii mei s-au realizat excepţional în viaţă. N-am de gând să mă las mai prejos sau să fac de ruşine spiţa mea.*

Preotul:

- Ambiţiile acestea mari pretind şi o muncă pe măsură…

Tânărul:

- *Da, tocmai de aceea citesc foarte mult… cred că un vagon de cărţi pe an. Vreau ca până la anul, pe vremea admiterii, să dobândesc cel puţin cultura lui Mircea Eliade. Obişnuiesc să memorez foarte mult, căci ştiu că aşa mă îmbogăţesc ştiinţific. Eu mă pricep la foarte multe, poate şi pentru că cei din neamul meu, antecedenţii, au avut preocupări foarte diferite: unii mari actori, un unchi a fost chirurg de renume în Cluj şi profesor universitar, o mătuşă a fost preşedintă la Curtea de Apel din Timişoara, am chiar o rudenie Colonel în SRI. Poate de aceea, eu mă pricep la foarte multe.*

Preotul:

- Nu trebuie nici să exageraţi… e posibil ca slăbirea memoriei şi înceţoşarea vederii să fie un efect al suprasolicitării. Faceţi o pauză. Nu trebuie să vă fixaţi

nişte standarde prea înalte. Vedeţi, decât să lăsaţi timpul să treacă, poate ar fi mai bine totuşi să acceptaţi să vă înscrieţi la facultatea dorită şi în regim de cu taxă…

Tânărul:

- *Vai ce spuneţi părinte! Să ştie colegii că eu, urmaşul marelui Rădulescu Motru fac facultatea printre ultimii... adică cu taxă... sau să depisteze în mine o anumită fragilitate intelectuală, nici nu mă gândesc... mai bine mai aştept încă 5 ani, dar când voi reuşi, voi fi cu medie foarte mare şi mă vor respecta toţi...*

* * *

Observaţii: Experienţa duhovnicească şi psihoterapeutică demonstrează că ***nu se obţin rezultate pozitive de către preot prin criticarea unor standarde prea înalte de performanţă, auto-impuse de către subiect, sau asimilate solid de către acesta*** şi familia sa. Ambiţiile nemăsurate, chiar dacă însoţesc eşecuri pe măsură, au meritul de a ***ridica subiectul la o înălţime nebănuită***, cel puţin în ochii săi, de a-i ***proteja stima de sine***, de a-l feri de depresie. Altele sunt în aceste cazuri ***priorităţile terapeutice***: prelucrarea gândirii, identificarea regulilor de acţiune greşite, nerealiste. Limbajul utilizat de interlocutor poate să ofere unele indicaţii în interpretarea situaţiei de către preot: utilizarea frecventă a lui „trebuie” sau „ar fi necesar” sugerează ***existenţa unor reguli interne stricte*** (de care nu e conştient, dar ar trebui înştiinţat).

* * *

Preotul în dialog cu o tânără familie (Narcisa şi Filip) aflată în criză.

Narcisa: - *Nu vorbeşti niciodată! Stau aici cu tine, ca şi când aş fi singură. Noroc cu televizorul că mai aud şi eu glas omenesc. Când te întorci de undeva, nu-mi spui nimic… Ai venit dintr-o delegaţie după ce ai lipsit două săptămâni de acasă şi nu mi-ai spus nici măcar ce-ai mâncat. Pentru a afla ceva, trebuie să te întreb de zece ori; smulg cu cleştele cuvintele din tine; sunt obosită... nu mai pot să trăiesc aşa singuratică… În schimb, când totuşi deschizi gura, o faci pentru a începe cu reproşurile şi cu criticile. De parcă nimic nu aş face bine. Muncesc ca o roabă ca să fie totul bine şi nu dai nici cel mai mic semn că ai aprecia truda mea…*

Filip: - Degeaba! Te iroseşti! Munceşti iraţional, fără metodă şi fără rost. Te zbaţi absolut în zadar, pentru tot feluri de nimicuri! În plus, mă oboseşti de moarte. Tu zici că toată atenţia ţi-o focalizezi pe mine. Dar eu am de lucru… Viaţa mea înseamnă nu doar drăgălăşenie cu nevasta, în familie. Viaţa înseamnă şi muncă! Fără bani nu putem merge mai departe. Mai avem două camere la casa noastră nefinisate. Mansarda e neterminată. Ne înghesuim în două camere la intrare. Sunt atâtea de făcut încă... Pe de o parte, îţi place că aduc bani mulţi acasă, inclusiv prin plecările mele constante în delegaţii. Pe de altă parte, nu mă laşi să-mi văd de lucrul meu aşa cum ar trebui. Am sentimentul că tot timpul îmi stai în picioare! Nu ştiu ce vrei de la mine. Mă sufoci! Ai devenit insuportabilă!

Narcisa, către preot: - *Părinte! Nu mai găsesc în el siguranţă şi protecţie. Mă simt abandonată. Mă întreb dacă nu cumva are o altă femeie. Cu atâtea plecări de acasă... nu mai găsesc în el nici căldura de*

până acum. Nu doarme cu mine săptămâni întregi. Eu îl iubesc şi el nici nu mă bagă în seamă. S-a îndepărtat de mine atât de mult…

Filip: - Eşti obositor de suspicioasă! Şi subliniez: de-a lungul întregii noastre căsătorii, nu am avut nici o relaţie cu o altă femeie! Şi aceasta, chiar dacă mi s-au oferit nenumărate şanse! Părinte, ultima dată când am fost în delegaţie, mi s-a lipit „una" de uşa camerei de la hotel. Pe la toate hotelurile se învârt femei de-astea, de moravuri uşoare, care ţi se oferă pentru o noapte. Nici prin cap nu mi-a trecut să-mi înşel soţia. Dar acum, când văd ce-i în stare soţia mea să gândească despre mine, parcă regret!

Preotul: - *Dacă observaţi, lucrul interesant care reiese din dialogul nostru este că fiecare dintre voi sunteţi fideli unul altuia, vă iubiţi, dar totuşi nu vă mai înţelegeţi! Aţi ajuns să vă faceţi tot felul de reproşuri neverificabile şi să vă suspectaţi reciproc de lipsă de fidelitate. Fiecare dintre voi negaţi că celălalt are intenţii pozitive. E ca şi când fiecare* ***aţi căuta un pretext pentru a vă manifesta vulcanic sentimentele negative şi tensiunea acumulată****. Fiecare simţiţi impulsul de a vă abandona partenerul, dar parcă aţi prefera să fie celălalt cel care să facă primul pas, pentru ca apoi să vă puteţi scuza pe voi înşivă.*

Narcisa: - *Părinte, mă iertaţi, dar ştiţi, chiar sunt bântuită constant în ultimul timp de gândul de a-l părăsi pe Filip. Îmi vine să-l trag de păr de supărare… iar când sunt mânioasă parcă aş arunca cu apă rece pe el, chiar i-aş da brânci de pe terasă în iazul din grădină... dar ştiţi, totuşi n-aş vrea nicidecum să ajungem la un divorţ. E prea mult…*

Filip: Părinte, eu trebuie să recunosc că e o fată bună şi încearcă să-mi intre în voie. Mă simt uşurat că gândul n-a dus-o totuşi prea departe. Vecina noastră de

casă a declarat la serviciu că i-ar suci gâtul soţului ei, ca la un pui de porumbel. Vedeţi, soaţa mea are o inimă bună, precum am presimţit eu, de-aia am luat-o de nevastă… drept să vă spun, într-adevăr uneori preferam s-o duc la exasperare cu tăcerea mea, având într-adevăr gândul ascuns că poate-poate, mă va lăsa în pace… mă va părăsi… Dar această părăsire eu nu o vedeam ca fiind ceva pe termen lung…

Preotul: - *Cel mai bine ar fi să încercăm împreună să analizăm aşteptările pe care le-aţi avut fiecare dintre voi în momentul căsătoriei şi care au fost apoi zădărnicite de realitate... De exemplu, dumneavoastră, ca femeie, cu formarea pe care aţi dobândit-o în copilărie şi tinereţe, cum aţi văzut viitoarea căsnicie?*

Narcisa: - *Drept să vă spun, eu eram preferata tatălui meu. Eram nelipsită din viaţa lui. Mă ducea de sărbători la mici şi bere cu el, îmi cumpăra orice rochiţă îmi doream; când am ajuns studentă, întotdeauna îmi dădea bani de care nu ştia mama, „pentru nevoile mele personale”. Întotdeauna mă ducea cu maşina până la gară, în ciuda obiecţiilor mamei mele că „mă prea cocoloşeşte”... Vinerea venea la facultate şi-mi aducea mâncare de acasă, să nu mai cumpăr. Era un tată atât de protector, atât de prezent şi atât de binevoitor cu mine, în orice situaţie! Îmi dau seama acum că nu regăsesc în soţul meu multe din calităţile prezente în tatăl meu... el e atât de absent uneori...*

Filip: - Dacă mă gândesc bine, nici eu nu regăsesc în tine multe din calităţile mamei mele… Ea avea încredere în mine şi îmi lăsa o deplină libertate. Nu mă sufoca cu întrebări şi nici nu-mi verifica fiecare clipă a existenţei… Mi-amintesc odată că am lipsit de acasă o zi întreagă, fără ca ea să observe. Credea că îmi

fac lecţiile în camera mea, iar eu eram, de fapt, la bunica, la vale, cu copiii, la capturat fluturi pentru insectar…

Preotul: - *Cred că putem ajunge împreună la o constatare capitală pentru viitorul vostru matrimonial reconciliat:* ***trebuie să încetaţi să mai căutaţi în celălalt calităţile reale sau presupuse ale părintelui de sex opus din copilărie!*** *Fiecare trebuie să-i dăruiţi celuilalt spaţiu de evoluţie şi auto-realizare. Reproşurile nu trebuie să devină isterice, iar dialogul va fi fecund dacă îl aveţi pe Dumnezeu martor în tot ceea ce faceţi şi spuneţi. Sentimentele de agresivitate şi nemulţumire pe care le aveţi nu trebuie mascate la infinit, trebuie lăsate să se manifeste, pentru a putea crea perspective de corecţie reciprocă.*

* * *

O doamnă de 30 de ani, a venit la preot foarte agitată:

- Părinte, nu ştiu ce să mă mai fac. Bărbatul meu a plecat de acasă şi s-a mutat la un prieten. Ceea ce este mai groaznic este că – mi se pare mie –prietenul acesta al lui, la care s-a mutat, are tendinţe homosexuale. S-au auzit ceva poveşti în oraş despre el. Şi tocmai la el s-a dus! E drept că în ultimul timp, m-am tot certat cu soţul meu. Dar el e de vină pentru toate acestea. Uneori atâta ne răfuiam până izbucneam în plâns. În certuri, trebuie să recunosc, eu nu mă lăsam mai prejos. Asta pentru că, slavă Domnului, ştiu să-mi apăr poziţia. El mă acuza că-s bună de gură, dar principiul meu este că în tot ce spui trebuie să te argumentezi, şi să nu te laşi mai prejos, nici călcat de cineva în picioare. De fapt, a mai încercat o dată să fugă de acasă, dar eu cu mama mea nu l-am lăsat: l-am legat, am încuiat uşile şi am ascuns cheile. Când eu eram la serviciu mama mea avea grijă să-l supravegheze strict, ca nu cumva să plece. Dar culmea! A profitat de un moment de neatenţie, tocmai când eram amândouă acasă, şi a fugit pe geamul de la baie. Nici n-am crezut că încape pe acolo. Vai… închipuiţi-vă, de atunci au trecut trei săptămâni, şi nu a mai dat nici un semn de viaţă. Se pare că nu-l mai interesează familia, nici chiar fetiţa, lumina ochilor mei, care are doar 5 anişori. Eu nu pot să-mi explic ce se întâmplă… mi se pare că este un mare nesimţit. Cum poate să-mi facă una ca aceasta? Vai, cred că sunt victima unei brute fără suflet.

Preotul: *Dar ce l-o fi determinat să plece? Era deja mai dinainte o atmosferă încărcată în familie? Oare nu se simţea învăluit deloc în afecţiune familială?*

- Chiar nu ştiu ce l-o fi apucat. Părinţii mei întotdeauna l-au considerat unul de-al lor, un adevărat

fiu de-al lor. După ce tatăl meu a murit, el a rămas singurul bărbat în gospodăria noastră. Părinţii mei ne-au fost extrem de buni călăuzitori în căsătoria noastră. Ei ne-au sfătuit şi ne-au ghidat ori de câte ori simţeam nevoia. E un mare privilegiu să locuieşti cu părinţii. Ai pe cineva cu experienţă tot timpul aproape. Au fost adevăraţii noştri ocrotitori. Chiar şi după moartea tatei, mama nu şi-a dezminţit vocaţia ei de mamă: ne-a supravegheat permanent, pentru că s-a temut dintotdeauna de un eventual faliment al căsniciei noastre. Asta pentru că el, am simţit eu dintru început, avea nevoie să fie povăţuit în direcţia rafinării manierelor lui. Asta da, la acest capitol era deficitar… L-am ajutat eu şi mama să evolueze enorm la acest capitol. Să devină manierat şi rafinat în tot ce face…

Preotul: *Trebuie multă atenţie în toate... nu cumva prin comportamentul dumneavoastră corectiv el s-a simţit sufocat? Nu cumva manifestările lui erau nu de „brută”, ci de om înspăimântat, constrâns, hăituit?*

- O, nu… nici gând… Noi **trebuia** să-l schimbăm... De fapt, ce **simţea el** nici nu are importanţă… I-am interzis clar, din clipa naşterii fetiţei, să-şi mai cerceteze prietenii din tinereţe şi de facultate; doar, ca om însurat, nu mai avea ce să vorbească cu aceştia; căci, mi se pare mie, aceştia nu îl puteau influenţa decât negativ. Compania lor nu-i era de folos. Şi apoi, cu colegii de serviciu, nu înţeleg de ce avea nevoie de relaţii strânse. Doar are acum familia, asta e adevărata viaţă. Într-o vreme, l-am simţit eu, a încercat o relaţie privilegiată cu vecinii de casă dinspre Răsărit. Stăteau la poveşti pe terasa dinspre garaj. I-am spus clar: ce-ţi trebuie ţie poveşti cu oamenii ăştia fără şcoală? O astfel de relaţie nu aduce nimic bun!

Preotul: *Analizând critic situaţia, vă daţi seama, totuşi, că el a ajuns la situaţia dificilă în care nu mai*

avea o altă viaţă, decât cea din familie? Nu v-aţi gândit la soluţia... să mergeţi chiar dumneavoastră, aşa, „întâmplător” să-l întâlniţi, să ieşiţi undeva în întâmpinarea lui, şi să vedeţi ce frământări are, dar..., bineînţeles, fără să-i faceţi reproşuri sau insistenţe? Poate că el şi-a simţit strivită personalitatea prin intervenţiile tranşante ale dumneavoastră şi ale mamei de a-l schimba... Încercaţi să ieşiţi în întâmpinarea exigenţelor lui de sensibilitate, gingăşie, toleranţă...

- Doamne, părinte, nici prin cap nu-mi trece să mă umilesc în halul acesta. Eu sunt o fiinţă autoritară, de care ceilalţi trebuie să ştie frică. Doar n-o să apar în faţa lui în ipostaza de fetiţă blândă şi domoală, care nu ştie ce vrea de la viaţă! De fapt, e bine să ştiţi, între mine şi el nu au existat raporturi de prea multă candoare. Să termine el cu asemenea pretenţii! În casa mea trebuie să fie disciplină şi o ordine exemplară. El trebuie să se întoarcă la familie şi la fetiţa lui, faţă de care e dator înaintea lui Dumnezeu. Nu accept ca această fată să crească fără tată. Cum a putut să-mi facă una ca aceasta… să plece aşa… Doamne, ce mă voi face?

* * *

Deznodământ: După o perioadă de chibzuinţă, credincioasa a acceptat totuşi sugestiile preotului şi l-a întâlnit „ca din întâmplare” pe soţul ei, care într-un interval relativ scurt s-a întors acasă. După 7 de ani de la acest eveniment, situaţia se menţine bună în continuare, deşi unele criză de mică amploare au mai fost. După împăcare, soţul a recunoscut că dacă nu venea ea „în întâmpinare”, el s-ar fi resemnat cu pierderea familiei, chiar dacă îi iubea foarte mult pe membrii familiei. Femeia însă nu l-a mai vizitat niciodată pe preot, pe motiv că „a jignit-o”, deşi prin aplicarea sfaturilor lui, căsnicia ei a fost salvată. De

fapt, preotul a avut – ceea ce se numeşte în psihiatrie – o „confruntare fierbinte”, care presupune ***o schimbare bruscă a imaginilor mentale ale credinciosului*** despre sine şi realitatea înconjurătoare. Înainte de o asemenea confruntare trebuie avută în vedere tăria „Eu”-lui interlocutorului, precum şi unele trăsături accentuate prezente în el: orgoliul, dispoziţia de fond, gradul de vulnerabilitate etc. Femeia ***se considera o victimă*** în conflictul cu soţul ei. Ea nu percepea, că, în realitate, ***se comportă agresiv şi dominator***. Clasice pentru această categorie sunt afirmaţii de genul: „Eu sunt cinstit… îmi place să spun adevărul… direct în faţă…”, care se constituie în pretexte pentru a afişa ***un comportament agresiv, de multe ori nedrept şi fără menajamente. (C. Oancea, 2002)***

* * *

La preot vine o familie de intelectuali (el, profesor de matematică – ea, inginer) cu fiul lor, un tânăr de 22 de ani.

Părinţii: - *Părinte, copilul acesta al nostru trece printr-o perioadă foarte dificilă. Suferă de o* ***tulburare a deficitului de atenţie****. Am fost la medic, dar cineva vi ne-a recomandat pe dumneavoastră pentru nişte rugăciuni şi nişte discuţii duhovniceşti. Am vrea să le facem împreună, să vedem dacă o să reuşim să-l vindecăm. Noi am pus acest diagnostic; medicul la care am mers a fost cam neîncrezător, cam ambiguu în comunicarea cu noi... dar noi ne-am interesat pe Internet cum putem interpreta simptomele lui... Vedeţi, el a întrerupt facultatea de 3 ori la rând, ceea ce este inadmisibil. Noi am făcut amândoi facultate şi ştim ce înseamnă aceasta. De fiecare dată întrerupe facultatea după 2-3 luni de la începerea semestrului. Am vrea să-i faceţi nişte rugăciuni pentru creşterea potenţialului de concentrare la şcoală.*

Preotul: - O să fac rugăciunile pe care le doriţi, şi evident, puteţi fi prezenţi la slujba aceasta. În schimb pentru discuţiile duhovniceşti, din câte observ eu, el este foarte emotiv, şi poate s-ar deschide mai bine în absenţa dumneavoastră. Discuţiile duhovniceşti au un mare potenţial terapeutic, cu condiţia ca tânărul să-şi poată comunica stările emotive.

Părinţii: - *Dacă credeţi că aşa-i mai bine, noi suntem de acord. Oricum, el ne va spune acasă tot ceea ce aţi discutat. Aşa l-am învăţat de mic: să fie supus şi ascultător faţă de părinţi. Parcă chiar aşa scrie şi în Biblie, nu? Şi apoi, să mai ştiţi că el, când vrea, e foarte harnic. Obişnuia să stea câte 7 ore la masa de calculator când învăţa să lucreze la acesta. A învăţat singur munca*

de informatician. Şi la alte materii învăţa bine pe parcursul liceului. E drept că el avea în cap să dea la medicină. Am fost categoric împotrivă! Noi n-avem medici în familie şi nu i se potriveşte meseria asta, de contact cu oamenii. Nu va putea face performanţă în medicină. Cei din neamul nostru, în general, au o formaţie realistă. Nu lăsăm noi după el când ştim că nu-i bine ce vrea. I-am scos din cap aiurelile astea. Acum plecăm, vă lăsăm în compania lui. Îl aşteptăm la maşină.

Preotul: Florinel…, căci am înţeles că aşa te cheamă, eu mă întreb dacă tu eşti de acord, cu acţiunea aceasta a părinţilor tăi de a te aduce la un preot pentru rugăciuni şi pentru terapie duhovnicească…

Florinel: *Da, căci am făcut religie la şcoală şi mi-a plăcut. Am avut o profesoară foarte drăguţă care ne iubea cu adevărat. Ea a fost de acord cu mine, să urmez medicina. Spunea că e sublim să-i ajuţi pe semeni şi să le alini suferinţa. Asta mi-aş fi dorit să fac. Domeniul acesta real, ingineria de construcţii mă plictiseşte enorm. Nici informatica nu mă pasionează extraordinar, dar totuşi prin calculator poţi lua contact cu o lume deosebită, prin internet...*

Preotul: - Îţi dai seama că este posibil ca crizele tale şcolare să se nască dintr-o lipsă de interes pentru ceea ce studiezi? Poate nu ai găsit o motivaţie profundă pentru a studia, şi de aceea nu ai puterea să mergi mai departe pe un drum care nu-ţi oferă satisfacţiile pe care le sperai, care nu-ţi dă un sens mulţumitor în viaţă… Ce zici, dacă ai fi la medicină, ai avea alt elan, ai mai fi silit de o forţă lăuntrică să întrerupi şcoala?

Florinel: - *Nu m-am gândit la asta... poate că nu… Mi-ar place ceea ce aş face… Dar nici nu pot să mă gândesc la medicină. Părinţii mei sunt atât de posesivi! Nu pot face decât ceea ce vor ei. Nu am pic de libertate. Mă simt ştrangulat. Trebuie să urmez o şcoală*

care nu-mi place, în trecut trebuia să merg la olimpiada de fizică iar nu la cea de biologie, căci aşa-mi porunceau ei, trebuia să stau în bancă obligatoriu cu fata directorului, iar nu cu prietena mea pentru că odrasla directorului era cea mai bună la matematică... toată viaţa mea a fost un şir neîntrerupt de ascultări şi o continuă anulare a voinţei proprii.

Preotul: Vezi, astea sunt nişte constatări pe care le-ai făcut în inima ta, dar pe care cu greu le-ai putea aduce la cunoştinţa părinţilor tăi… Ce reacţii le-ai provoca dacă le-ai spune exact ceea ce simţi şi dacă le-ai mărturisi exact aspiraţiile tale lăuntrice?

Florinel: *Ah... nici nu mă gândesc! Mama ar avea o criză de isterie, iar tata mi-ar ţine un discurs despre nerecunoştinţa faţă de părinţii care s-au jertfit o viaţă întreagă să mă facă om. Nu-i cunoaşteţi părinte... Eu sunt pentru ei un obiect. Viitorul meu este clar conturat de ei până în cele mai mici amănunte. În tot acest viitor nu este loc pentru dorinţele mele...*

Preotul: Dar tu, ce zici, de unde această îndârjire a lor să te vadă inginer? Alţi părinţi nu sunt atât de coercitivi precum ei, în ciuda faptului că nu au pregătirea lor…

Florinel: *Nu ştiu... totuşi, deşi nu-mi dau seama dacă are legătură, pot să vă spun că odată, în urmă cu vreo 2 ani, am căutat în cufărul cu obiecte de-al mamei, de când fusese ea fată mare. Îl ţine dosit în pod, să n-ajungă nimeni la el. Am descoperit acolo nişte scrisori de dragoste. Ea nu ştie nici astăzi de această ispravă a mea... am aflat de acolo că fusese îndrăgostită în anii studenţiei de un inginer constructor. Am înţeles că s-au iubit enorm, dar el a avut un accident prin munţi. Era pasionat de alpinism. Într-o vacanţă, au escaladat împreună o creastă muntoasă şi el a alunecat şi-a căzut vreo 30 de metri într-o*

prăpastie. Şi-a zdrobit capul de-o stâncă. Din jurnalul ei din acea vreme am înţeles că a fost extrem de traumatizată de eveniment, a stat la psihiatrie vreo 3 săptămâni după aceea. Apoi, a mai aflat cu stupoare că era şi însărcinată, şi sfătuită fiind de o colegă, a recurs la un avort. Pe tata l-a găsit mai apoi, ca pe o consolare, şi – colac peste pupăză – şi el visase în copilărie să se facă inginer. Problema este că asta este viaţa şi dorinţa lor, dar aspiraţiile mele sunt altele. Să mă lase în pace cu visele lor! Bunica mea, cu care mi-am petrecut cea mai mare parte a copilăriei, o fiinţă „de milioane" m-a învăţat ce înseamnă gingăşia. Era atât de iubitoare şi de îngăduitoare! Ea avea un ulcer varicos la un picior, iar doctorul i-a recomandat un masaj cotidian la picior cu o alifie foarte fină. Eu îi făceam acest masaj şi îmi spunea întotdeauna că am o mână uşoară „ca de doctor". Eu, pe ea am iubit-o cu adevărat... tare mi-aş fi dorit să ajung medic. Dar cu părinţii ăştia mi-e imposibil...

Preotul: Nu trebuie să cazi în disperare. Nu se ştie ce planuri minunate are Dumnezeu cu tine. Eu zic să ne întâlnim pentru câtva timp în fiecare săptămână, pentru a iniţia o terapie duhovnicească. Cu mila lui Dumnezeu, poate vei face şi ingineria, şi medicina. Medicina pentru că este bucuria inimii tale şi chemarea ta, iar ingineria pentru că poate fi o poartă spre adevărata ta vocaţie… vezi, viaţa are adeseori un curs sinuos şi imprevizibil… dar la capătul drumului te aşteaptă Dumnezeu!

* * *

În ziua de Anul Nou, pe la ora 16.00, vine la biroul parohial un tânăr, după ce părinţii lui l-au sunat disperaţi la telefon pe părintele pentru ca să se asigure că o să-l primească.

- *Părinte, am venit la dumneavoastră pentru că simt că viaţa mea nu mai poate continua aşa. Am avut o noapte de coşmar. A fost un Revelion de infern ceea ce am petrecut eu astă-noapte. Nu ştiu ce să mă mai fac. Toată noaptea am plâns. M-am închis în cameră şi nu am vrut să aud de nimeni şi de nimic. Iubita mea, Roxana, nu mi-a dat nici un telefon şi nu a venit să mă ia la revelion. Şi-i l-a petrecut cu nişte colegi de facultate, la casa unuia dintre ei. Am aşteptat în zadar…*

Preotul: Dar, oare, aţi fost înţeleşi mai dinainte că vă veţi petrece revelionul împreună?

- *Ştiţi cum este părinte, eu întotdeauna am fost pus de alţii de-o parte. Doar ea ştia că eu îmi doresc să petrecem împreună revelionul. Mi-a zis că merge acolo căci nu trebuie plătit nimic, deoarece fiind vorba de casa unui coleg, mama lui dorea oricum să-i ţină ziua de naştere, şi pentru că n-a reuşit s-o facă în noiembrie, de ziua lui, o face acum de Revelion. Eu o iubesc şi nici nu mi-a trecut prin cap că o să meargă să-şi petreacă fără mine această unică seară a anului, când toţi cei ce se iubesc sunt împreună…*

Preotul: Este foarte importantă totuşi, comunicarea dintre voi. Poate ea n-a sesizat dorinţele tale, şi probabil că relaţia afectuoasă dintre voi este uni-direcţională, iar tu nu ţi-ai dat seama de acest fapt…

- *Eu niciodată n-am fost înţeles de ceilalţi. Sau n-am contat. Nu-mi dau seama exact. Şi toţi au căutat să mă neîndreptăţească de când sunt. Mă simt un părăsit, un abandonat.*

Preotul: În viaţă, adeseori trebuie să te şi impui. Să fii o fiinţă dinamică, care iasă în ofensivă; să nu te mulţumeşti cu o defensivă plată şi păgubitoare. Spune frumos Mântuitorul că însăşi „Împărăţia Cerurilor se ia cu asalt!”. Adică doar cei care o doresc cu adevărat, care sunt dispuşi să rişte pentru ea, o vor dobândi. Aşa că, vezi… poate şi prietena ta aştepta să fie cucerită. E o floare ce aşteaptă să fie culeasă. Este cazul să încerci să ai o nouă atitudine faţă de ea, şi în general, faţă de viaţă. Una mai dinamică, mai ofensivă, mai impunătoare. Dintotdeauna, de când te ştii, ai avut sentimentul că eşti un părăsit, un ignorat, un abandonat? Îţi mai aminteşti când ai trăit pentru prima dată acest sentiment?

- *Nu... Dar ştiu că atunci când eram copil mama mă închidea ore în şir singur în casă iar ea cobora la parterul blocului să facă cumpărăturile. Tata era plecat la serviciu iar pe mine, ca să fie sigură că nu fac rele sau nu dau foc la ceva, mă lega cu un o sfoară de pat. Ţin minte că odată m-a închis în baie, ca să nu mă mai lege, şi mi-a zis să mă joc acolo până se întoarce, cu un ursuleţ de pluş. Dar la un moment dat, pe fereastra băii a intrat un şobolan de la gura de evacuare a gunoiului. Am strigat ca din gură de şarpe căci nu aveam decât vreo 5-6 ani. Până a venit vecina de sus care s-a întâmplat să spele chiar atunci haine în baie, eram plin de sânge, căci m-a muşcat şobolanul de trei ori. Apoi am petrecut două săptămâni la spitalul de boli infecţioase, cu tot felul de injecţii şi tratamente.*

Preotul: E, într-adevăr, o experienţă înfiorătoare…

- *Dacă m-aţi provocat, acum vă mai spun... n-a fost asta cea mai înfiorătoare experienţă a vieţii mele. Când am împlinit 8 ani, a venit vremea să mai vină odată barza la părinţii mei. Am avut un foarte ciudat sentiment că nu mai contez în viaţa lor. Ei şi-au dorit dintotdeauna o fată. Se pare că sarcina a fost confirmată de medic ca*

fiind fetiţă, şi asta i-a făcut pe părinţii mei să fie în al 9-lea cer. Tot timpul discutau cum o să fie fetiţa lor, cât de inteligentă va fi, cum o să fie o naştere mai uşoară decât a mea, căci probabil este mai mică şi mai uşor de născut, cum mă vor trimite pe mine la bunici dacă n-o să învăţ suficient de bine etc. Cât timp a fost la spital pentru naştere, tatăl meu, nepriceput, nu mi-a dat nimic de mâncare decât mămăligă cu lapte, trei săptămâni la rând. Apoi, au venit cu fetiţa acasă, pe care am început s-o îndrăgesc, căci era mică şi nevinovată. Dar, când ea avea vreo 4-5 luni, într-o zi, i-au făcut băiţă, într-o troacă pe dulăpiorul din bucătărie. Tocmai ne cumpăraserăm mobilă nouă, suspendată... Tata, neatent cum îi era felul, n-a prins bine mobila pe pereţi. Într-un moment neaşteptat, o piesă imensă de mobilier suspendat s-a desprins şi a căzut pe trocuţa cu soră-mea. N-a mai rămas din ea decât o bucată de carne zdrobită şi o baltă imensă de sânge pe gresia albă a bucătăriei. Aşa m-am speriat, că m-am îmbolnăvit. Mă trezeam noaptea şi ţipam. Aveam numai coşmaruri...

Mai apoi, s-a legat mult de familia noastră fratele mamei. El nu avea copii, iar soţia a divorţat de el. L-am îndrăgit mult, căci de fiecare dată când venea îmi aducea bomboane. Mă plimba prin parc, mă ducea la grădina zoologică... părinţii au început să mă lase tot mai mult în grija lui, căci serviciul le răpea mult timp. Mi-a fost extrem de drag acest unchi, până în clipa când, pe la 9-10 ani, a profitat de mine. Eu nu am înţeles ce se petrece, de ce mă dezbracă, ce intenţionează. Am simţit că se petrece ceva anormal, am început să plâng... m-a ameninţat că dacă spun ceva părinţilor totul o să se sfârşească foarte rău...

Preotul: Doamne… ai mai spus cuiva până acum păţaniile acestea?

- *Nu... dar îmi amintesc că ultima dată când unchiul a mai făcut-o am început să urlu... S-a speriat şi nu a mai venit pe la noi... După aceea, am aflat că a făcut şi închisoare... Nu ştiu exact din ce motiv, căci noi ne-am mutat cu familia din acel oraş. Vedeţi, eu nu mai am încredere în nimeni. Cei care par că mă iubesc, de fapt mă trădează şi mă folosesc...*

Preotul: Ai trecut prin momente groaznice, iar drama prin care treci acum şi atitudinea pe care o ai faţă de evenimente nu este inexplicabilă. Dacă doreşti, vom începe un proces duhovnicesc terapeutic, de vindecare a rănilor trecutului. Pentru aceasta este însă nevoie de o întâlnire periodică în care să analizăm dramele trecutului şi să observăm consecinţele lor în viaţa ta de astăzi. Totul este să ai speranţă că lucrurile se pot remedia, iar tu vei deveni un învingător! Şi aceasta, în ciuda rănilor trecutului.

* * *

În timp ce se afla cu botezul, în ajunul Bobotezei, după ce a realizat sfinţirea casei, părintele e reţinut de un tânăr, în prezenţa mamei lui.

- Părinte, cred că vă mai aduceţi aminte de mine... sunt Gigel. Ne-am întâlnit în urmă cu 2 ani, când am venit la dumneavoastră la biserică cu nişte probleme de şcoală. Poate vă amintiţi că nu mai voiam să merg deloc la şcoală... Şi-am abandonat liceul. S-au schimbat multe de atunci. Vă mulţumesc că m-aţi sfătuit bine. Am terminat între timp cu bine liceul la seral, după cum m-aţi îndemnat. Ştiţi că mă simt mult mai bine ca atunci? Am chiar şi o prietenă... e drept, la şcoală tot un taciturn am rămas, am fost oarecum izolat de ceilalţi colegi, nu aveam eu dispoziţie de poveşti multe şi de discoteci. Dar îmi dau seama că mă simt mult mai bine decât atunci când am venit la dumneavoastră. Ce fiori de groază mă treceau câteodată la şcoală! Ei bine, între timp m-am exersat în multe lucruri practice: am făcut singur instalaţia de electricitate la noua noastră casă, la fel şi pe cea de gaze. Am reparat automobilul familiei cu multă îndemânare, mai înainte de a veni cei de la „Service". Dar... mi-am dat seama că sănătos deplin nu sunt. Vedeţi... am totuşi o stare internă de tensiune, de nemulţumire. Am încercat să mă angajez, dar n-am rezistat la serviciu mai mult de câteva ore... şi apoi am plecat acasă... Se uita şeful la mine exasperat şi i-am motivat plecarea mea: „Nu merită efortul...". Mi-a răbufnit în faţă şi mi-a zis că sunt băiat de bani gata şi niciodată n-o să reuşesc în viaţă... Să fie oare aşa? De unde mi-a venit aşa lehamite de muncă după câteva ceasuri de activitate? Am simţit că nu pot să lucrez acolo, nici de voi muri... Spuneţi-mi vă rog, de ce toate acestea? De ce?

Preotul: - În viaţă este foarte importantă oţelirea voinţei. Noi nu ne naştem cu o voinţă gata fortificată. Aceasta este produsul unui efort aparte…

Mama tânărului: - Vai părinte, i-am spus că trebuie să facă şi el o facultate. În ziua de astăzi toţi tinerii fac o facultate. Doar „rataţii” nu au o licenţă. I-am zis că îl vom ţine cu drag în facultate, eu şi tatăl său, totul e să accepte să meargă mai departe. Dar e atât de încăpăţânat!

- *Nu sunt deloc încăpăţânat şi v-am spus că voi merge la facultate doar dacă mă veţi convinge. Ce nevoie am eu de şcoală? Nu se poate trăi foarte bine şi fără facultate? Şi care-i mă rog, la urma urmelor, sensul vieţii? Dacă îmi veţi răspunde ca să mă mulţumiţi, voi face tot ceea ce doriţi. Dar să vă văd... Da! Sunt dispus să-mi schimb atitudinea. Dar pentru asta e nevoie să-mi găsiţi argumente, nu poveşti!*

Mama: - Vedeţi părinte, aşa ne face tot timpul, ne înnebuneşte cu aerul acesta de filosof. Ce argumente îi tot trebuie? Orice îi spun, ne împinge în spirala argumentărilor lui încurcate şi orice zicem nu-l mulţumim! Ne stoarce de nervi! Sunt lucruri limpezi ca lumina ochilor, ce n-au nevoie de argumentări filosofice. Azi n-ai nici un viitor fără o diplomă de licenţă. Şi ca portar la întreprindere se pretinde să fii cel puţin student. Iar el crede că va reuşi în viaţă fără nici o facultate. Ca naiv! Să ştiţi că l-am dus la medicul psihiatru. Eu cred că-i bolnav. După două şedinţe psihiatrice, a acceptat să-l angajăm ca vânzător la PECO. Ştiţi cât a durat munca lui? O jumătate de oră. Şi-a venit acasă plictisit. Sunt exasperată. Nu ştiu ce argumente să-i mai aduc. Doctorului i-am cerut ceva medicaţie care să-i întărească voinţa… e cert că-i bolnav, nu-i aşa părinte? Vedeţi, numai un om bolnav poate reacţiona aşa cum reacţionează el. Nu vrea să muncească. Şi nu se ruşinează că la 23 de ani n-are nici un serviciu…

Preotul: - Cred că este foarte indicat să pătrundem puţin împreună în trecutul mai îndepărtat şi mai recent al lui Gigel. De când este el aşa de impulsiv?

Mama: - Să ştiţi că a fost un băieţel foarte bolnăvicios. Până la 14 ani una într-una am fost nevoiţi să apelăm la medic pentru el. Cred că toate bolile pământului, pe rând, le-a făcut. Am fost internată cu el săptămâni în şir… Doamne, prin câte am trecut… Întrucât s-a născut prematur, l-au ţinut două luni în incubator; după aceea, la trei ani, l-au operat la un ochi, că i-a crescut un ingeluş pe o pleoapă; până la 8 ani l-am dus la mare pentru nişte tratamente de fixare a calcarului în oase; la 9 ani s-a opărit cu oala de lapte de pe foc şi a stat trei săptămâni internat la dermatologie; la 10 ani era cât pe ce să se înece în valea ce trece pe la poarta bunicilor. Doamne, prin câte am trecut! Toată viaţa mea, bolile lui m-au silit să mă ocup numai de el.

Gigel: - *Eraţi datori să faceţi aceasta căci acesta este rostul părinţilor... sensul vostru de a fi este creşterea copiilor; nu văd un raţionament mai simplu!*

Preotul: - Dragă Gigel, ceea ce observ eu este că preocupările tale de exasperare a mamei şi părinţilor nu au nicidecum o substanţă filosofică cum ţi se pare ţie că ar avea. Ele nu sunt altceva decât un joc psihologic pe care îl practici cu succes cu cei din jur. Îţi procură o extraordinară satisfacţie faptul de a-i încuia pe ceilalţi, în special pe părinţi, în capcana întrebărilor retorice. Tu te-ai deprins de mulţi ani să fii cel care aşteaptă „salvare" de la mamă, căci te-ai obişnuit să fii inactiv din copilărie; cred că principiul tău de conduită inconştient este „Nu merită să mă angajez în nimic", căci „totul va fi rezolvat oricum de cei din jur". Cred că şi pe tăticul tău l-ai condus pe acelaşi povârniş, adică l-ai transformat într-un „furnizor" de explicaţii şi de sfaturi pentru tine. Dar nu se cuvinte să-ţi exasperezi

părinţii… vezi tu, credinţa noastră creştină ne spune că munca are rostul ei în viaţă… nu putem fi trântori…

Gigel: - *E adevărat părinte, dar vedeţi, nu mă convingeţi... eu pot declara cu mândrie că totuşi, „pe mine nu mă poate convinge nimeni!”...*

Preotul: - Să revenim la trecutul mai recent. Ce alte locuri de muncă ai mai încercat să obţii?

Gigel: - *O, nu pot să spun că nu am fost un băiat interesat de dobândirea unui serviciu. Alţii au fost cei care nu au fost aşa cum ar fi trebuit. Nu demult am fost angajat mecanic auto, la un atelier. N-am putut rămâne mai mult de o oră pentru că patronul şi-a bătut joc de mine. E adevărat, dimineaţa, mai înainte de a începe lucrul, mi-a oferit o cafea. Dar ce folos? După aceea mi-a cerut să-i duc prin spălător maşina unui client! Dar ce, eu de-aia am făcut şcoala de reparaţii auto să spăl maşina cuiva? Nu... m-a jignit profund... Am mai fost angajat ca şef de echipă la o brutărie. Ne-au spus că putem să mâncăm câtă pâine şi covrigi vrem... Asta-i partea bună... Partea rea era că mă sufocam, era prea cald, şi programul era uneori de noaptea. Să muncesc noaptea şi să dorm ziua... Asta nu-i întru totul pe dos? S-o facă cei pedepsiţi, nu eu!*

Preotul: - Dar îţi dai seama că, continuând aşa, nu vei avea niciodată un loc de muncă? Vor ajunge să moară părinţii tăi de bătrâneţe şi tu tot întreţinut vei fi!

Gigel: - *Nici nu mă interesează să am... poate îmi voi lua serviciu după moartea lor! De fapt, eu sunt la o vârstă adultă, la care n-am nevoie de sfaturi şi dacă mă întreb bine, nu ştiu ce mi-a venit să vă opresc din drum. De vină pentru tot ce se întâmplă nu sunt eu, ci părinţii, care ar fi trebuit să mă înveţe să muncesc în trecut. Acum e prea târziu. Să mă lase în pace! Să mă lăsaţi toţi în pace!*

Preotul: - Dragă Gigel, atenţie multă, căci viaţa se răzbună. Pe acest pământ noi suntem întru totul responsabili de propriul viitor. Tu te joci cu propriii tăi părinţi „de-a părintele”, îi plasezi pe ei în rolul de copil, îi învinovăţeşti pentru lenea şi indolenţa ta şi culmea, le pretinzi lor să se schimbe! Nu ai dreptul să basculezi responsabilitatea reuşitei sau falimentului tău asupra lor!

Mama băiatului: - Să ştiţi părinte că de ceva timp am observat o schimbare la fiul meu. A început să citească cu sârg psihologia şi anatomia; i-am plătit un profesor pentru ceva meditaţii, dar nu a putut să meargă constant la el, aşa că totul a căzut. Vai, mi-ar fi plăcut atât de mult să se pregătească pentru facultate, dar el a zis că citeşte şi învaţă doar „pentru ca să ştie”, ca o îndeletnicire în timpul liber… Cine ştie, părinte, poate este începutul unei noi vieţi, poate că se va răzgândi şi va merge la facultate… Poate-l convingeţi acum…

Preotul: - Doamnă, e foarte posibil ca hărnicia aparentă a lui Gigel să nu fie decât o manevră de a reduce culpabilitatea faţă de sine şi faţă de familie pe care o simte în raport cu lipsa evidentă de interes faţă de viitor. Iar Dumnezeu poate să-i crească această culpabilitate până la limite insuportabile! Gigel, te aştept la sfânta biserică pentru un ciclu de întâlniri duhovniceşti de schimbare a atitudinii tale faţă de familie şi faţă de propriul tău viitor! Eşti de acord?

Gigel: - *Nu pot să promit acum, aşa dintr-o dată…*

Preotul: - Trebuie să înţelegi că viaţa este un lucru extrem de serios şi Dumnezeu nu se lasă batjocorit. Primul lucru pentru schimbarea în bine a vieţii tale ar fi să vii constant la întâlnirea terapeutic-duhovnicească. În al doilea rând, este foarte indicat să-ţi găseşti un serviciu în construcţii şi reparaţii, căci vezi, tu eşti o fire independentă, cu tendinţe impulsive, şi te încadrezi mai greu într-un colectiv. Aceasta este

realitatea, şi trebuie să ne adaptăm la ea. E necesar să-ţi restructurezi întreaga existenţă, pentru că, în acest moment, nu ai nici o obligaţie stabilă în viaţa familială. Apoi, eşti la vârsta căsătoriei, când e bine să priveşti înainte. Te aştept deci cu drag la biroul parohial…

* * *

Observaţii: Gigel a reuşit să facă chiar o şcoală post-liceală de turism. Cum reiese din cele relatate, pentru ***deblocarea procesului de îndrumare a tânărului*** au fost necesare câteva şedinţe de analiză tranzacţională, care i-au permis trecerea de la rolul de copil neştiutor şi dezinteresat la cel de adolescent responsabil pentru destinul său. Conceptualizarea în cadrul unui model teoretic bine definit (ca analiza tranzacţională) a permis elaborarea unui ***sistem explicativ de bună calitate***. ***În absenţa lui, se poate umbla orbeşte într-o lume incomprehensibilă,*** atât pentru credincios, cât şi pentru preot. Analiza tranzacţională permite progresul către definirea unui ***repertoriu de intervenţii*** potrivite cazului, care să acopere cât mai bine nevoile credinciosului şi ale familiei sale.

* * *

Misteriosul Hans. Orice om caută instinctiv să se apere de apariţia sentimentelor neplăcute. O mare forţă emotivă o are (între aceste sentimente) supărarea fiilor pe faptul că adeseori părinţii, în copilărie, nu au manifestat suficientă disponibilitate faţă de ei. Terapia presupune să trăim acea stare interioară de ***tristeţe benefică*** născută din constatarea că în multe cazuri ***nu am fost iubiţi decât pentru performanţele pe care le puteam demonstra***. „Realizările grandioase" garantau supravieţuirea unei iluzii: „Pe mine mă iubesc părinţii pentru mine însumi"". Dar evitând ***să trăim emotiv starea de tristeţe corespunzătoare infirmării acestei aspiraţii profunde,*** suntem condamnaţi să rămânem singuri şi trişti precum în copilărie: ***dispreţuim neputinţa, slăbiciunea, nesiguranţa, cu alte cuvinte, copilul neputincios*** care există în adâncurile fiecăruia dintre noi.

Hans suferea de nişte obsesii care-l tulburau profund. Foarte adesea avea acelaşi vis: se afla ***în vârful unui turn înalt*** din care se putea supraveghea terenul de frontieră de la ***marginea unui oraş frumos*** care-i era foarte drag. De acolo de sus, ochilor li se oferea o panoramă superbă, dar el ***se simţea trist şi abandonat***. Turnul avea un lift şi în vis avea foarte ***adesea dificultăţi*** în a obţine biletul de intrare, sau apăreau tot felul de lucruri neprevăzute pe drumul care ducea la turn. În realitate, nu exista nici un turn în acel oraş, turnul făcea parte doar din peisajul oniric propriu, lucru pe care Hans îl ştia foarte bine. Somnul se repeta constant şi era însoţit de sentimente de abandon. În timpul terapiei au avut loc transformări surprinzătoare.

Într-o primă fază, Hans a visat că avea în buzunar biletul, dar turnul a fost dărâmat, aşa că nu mai exista nici o panoramă. În compensaţie, vedea un pod înalt care lega

oraşul de restul lumii. Putea astfel să meargă pe jos şi să vadă „nu totul”, dar „ceva mai de aproape”, o mare parte din oraş. Hans, care suferea şi de o fobie de lift, s-a simţit uşurat, pentru că ideea de a folosi liftul îi crea angoasă. Comentariul său la acest vis a fost că nu avea importanţă faptul că nu mai era vederea panoramică de ansamblu, prin care dominai totul cu privirea, de la înălţime, prin care te demonstrai mai inteligent decât alţii. Acum putea merge pe jos acolo, precum toţi ceilalţi.

Într-o a doua fază, Hans a început să aibă un alt tip de vis: de această dată şedea jos, confortabil, în ascensor, fără nici o frică sau angoasă. Odată ajuns sus, coborât din ascensor, îl şocă un peisaj neprevăzut şi foarte straniu: i-a contact cu o continuă mişunare de copii; se regăsea acolo sus un alt oraş; se aflau magazine cu tot ceea ce îşi dorea cineva; exista şi o şcoală unde copiii dansau un joc foarte frumos unde putea participa şi el (aceasta fusese una din dorinţele lui din copilărie). Era foarte multă lume voioasă, încântată să discute cu el, iar el lua parte pasionat la discuţii. Se simţea integrat în această comunitate şi ascultat „pentru ceea ce era”.

Deşi somnul exprima mai mult dorinţe decât evenimente reale, ***aducea în scenă nevoi reale, aspiraţii concrete ale sufletului său,*** în primul rând, pe ***aceea de a iubi şi a fi iubit,*** şi aceasta ***indiferent de succesele obţinute şi performanţele demonstrate***.

Acest vis l-a impresionat enorm pe Hans şi l-a făcut foarte fericit; l-a interpretat astfel:

La început, visele mele cu turnul demonstrau ***izolarea şi singurătatea mea continuă***. Acasă, fiind cel mai mare, trebuia să fiu tot timpul înaintea fraţilor mei; părinţii mei îmi erau inferiori din punct de vedere intelectual, eu eram singur cu interesele mele intelectuale. Pe de o parte, trebuia să-mi expun ostentativ cunoştinţele, pentru a fi luat în serios, pe de

alta, trebuia să le ascund, pentru ca părinţii să nu spună: «Multa învăţătură te-a îngâmfat! Te crezi mai bun decât alţii pentru că ai avut posibilitatea să mergi la şcoli înalte, dar fără sacrificiile mamei tale şi sudoarea tatălui tău nu ai fi ajuns aşa departe!». Aceste reproşuri îmi provocau sentimente de vinovăţie, şi astfel a trebuit să-mi ascund diversitatea, interesele, talentul. Am vrut să fiu precum alţii. Dar în acest fel nu mi-am fost fidel mie însumi, mi-am pierdut sinele".

Hans şi-a căutat deci turnul, a luptat împotriva obstacolelor (dificultăţi pe drum până la turn, bilet de intrare, angoasă în lift) şi când a ajuns sus, adică ***a devenit mai inteligent decât ceilalţi***, s-a simţit ***singur şi abandonat***.

S-a observat empiric că părinţii au în raport cu copilul uneori o ***atitudine puţin binevoitoare şi chiar de rivalitate***, dar în acelaşi timp, îi pretind „să furnizeze" „prestaţii" tot mai înalte, şi apoi ***se fălesc cu succesele copilului.*** Hans a trebuit deci să-şi caute turnul său şi să lupte împotriva obstacolelor. La sfârşit a ajuns să experimenteze o revoltă interioară faţă de pretenţiile de a împlini alte prestaţii şi împotriva stresului, iar turnul a dispărut în primul vis pe care l-a avut în timpul terapiei. A avut ulterior puterea de ***a renunţa la fantezia orgolioasă de a vedea totul de sus*** şi reuşi astfel să se apropie de lucruri („oraşul său iubit" – adevăratul său „Sine"). Doar atunci înţelese cât de mult s-a izolat de ceilalţi dispreţuindu-i, şi cât de mult, în acelaşi timp, a fost izolat de aceştia şi de adevăratul său sine (latura sa fragilă şi nesigură a personalităţii).

Cum apare ***starea de „doliu"*** pentru pierderile ireversibile, ***instantaneu dispare dispreţul***.

* * *

La părintele vine o pereche de tineri căsătoriţi:

- *Părinte, ne-am hotărât să venim la dumneavoastră pentru că suntem credincioşi şi tare am dori să se rezolve o problemă din viaţa noastră pe care nu am spus-o nimănui. Sperăm în confidenţialitatea dumneavoastră şi de aceea am îndrăznit să apelăm la ajutorul dumneavoastră. Este vorba despre faptul că nu avem copii...*

Preotul: O, trebuie să fiţi pe pace, căci Dumnezeu este sfânt şi bun şi o să vedeţi că problema se va rezolva. Dar a trecut mult timp de când sunteţi căsătoriţi? Pentru că, vedeţi, din punct de vedere medical, dacă doi tineri căsătoriţi nu au cel puţin 2-3 ani de căsnicie în spate, nu trebuie nicidecum să-şi facă probleme sau să intre în panică… doar dacă este depăşită această perioadă se poate pune problema existenţei unor disfuncţionalităţi… Dumneavoastră de când sunteţi căsătoriţi?

Ea: - *De mai mult de un an şi jumătate... problema este însă, părinte, cum să spunem... mult mai profundă... Vedeţi... noi nici nu trăim împreună. A trecut atâta timp de la căsătorie şi nu am reuşit să avem încă nici o experienţă sexuală. Doar am încercat..., dar ne-am oprit. Soţul meu se blochează, iar eu cad într-o stare de perplexitate... n-am fost la medic că ne-a fost ruşine... Cum să-i spunem că ne plângem că nu avem copii când noi nu le facem pe cele ale femeii şi ale bărbatului? Şi nu ştim ce să facem... este o forţă, mai presus de noi, care ne blochează... nici unul dintre noi nu am avut relaţii sexuale înainte de căsătorie... nu avem nici o experienţă în acest domeniu... Eu mă gândesc că ceva îl inhibă pe soţul meu... că... la urma urmelor, pentru mine nu contează atât ce-o să fie, numai să fie... Şi ne iubim foarte mult... Nu ştiu dacă ne înţelegeţi...*

Preotul: Acesta este cel mai important lucru. Dacă există iubire, veţi vedea că lucrurile se pot corecta foarte bine în viitor. Iubirea e la fundamentul unei relaţii, aceasta are o importanţă decisivă pentru traseul unei căsnicii.

Ea: - *Vedeţi, eu nu pot să zic, ca femeie, că viaţa conjugală ar fi cel mai important lucru într-o căsnicie, chiar dacă nu ştiu exact ce înseamnă aceasta, deocamdată. În schimb, simt că prezenţa copiilor este o condiţie pentru fericirea unei familii. De aceea ne-am hotărât să venim la dumneavoastră. Suntem de acord amândoi, şi eu şi soţul meu, că e timpul să avem un bebeluş. Şi suntem dispuşi să riscăm pentru aceasta foarte mult...*

Preotul: Vedeţi dumneavoastră, există ceva în trecutul dumneavoastră care vă produce un blocaj. Şi aş vrea acum să mă adresez în special soţului. Terapia duhovnicească presupune să ne întoarcem în trecut, să vedem când, pe traseul dumneavoastră existenţial, a apărut o anomalie. Sau mai multe… e foarte posibil ca undeva în trecut, să se fi produs o deformare a viziunii despre viaţa conjugală, care s-a sedimentat în inconştient şi care are o mare putere de condiţionare a comportamentului dumneavoastră actual. Aţi avut vreo experienţă traumatică în copilărie sau în prima adolescenţă legată direct sau tangenţial de universul sexului? Aţi suferit din partea cuiva de vreo violenţă?

Soţul: *Nu... nu poate fi nici vorba... Am auzit de mulţi copii care au fost victima pedofililor, care au fost agresaţi încă din grădiniţă... sau care şi-au început viaţa sexuală de timpuriu, sub presiunea unui mediu corupt... Dar nu este cazul meu...*

Preotul: Dar alt tip de suferinţă timpurie a existat?

Soţul: *Cred că marea problemă a copilăriei mele au fost tata, care a fost un beţiv notoriu. Copilăria mea a fost un adevărat infern, până la moartea lui. Venea acasă*

în fiecare seară beat, o bătea la sânge pe mama... spărgea tot ce aveam prin casă... am ajuns să mâncăm din farfurii de plastic, căci cele de porţelan nu aveau viaţă lungă şi erau scumpe... Da... Aceasta a fost drama copilăriei mele, un tată beţiv şi blestemat. Dar culmea, nu era un afemeiat. Nu! Nu s-a lăudat niciodată că ar fi trădat-o pe mama... sau... ba da! ...parcă odată a spus unui prieten de pahar, la crâşmă, că a avut o aventură cu o actriţă de la un teatru din Bucureşti. Dar cred că doar s-a lăudat... nu cred că-i adevărat. Nu pot să spun că era un desfrânat. Consuma însă toţi banii ce-i câştiga pe băutură. Îi dădeau la crâşmă băutură pe datorie, aşa că atunci când lua salariul îl dădea tot pe datoria acumulată, şi începea noua acumulare de datorii. Asta fost drama copilăriei mele. A murit pe când aveam 16 ani, înecat într-o vale care a crescut din cauza ploii şi în care a căzut în urma dezechilibrului trupesc cauzat de multul alcool consumat...

Preotul: Aceste traume i le-aţi povestit şi actualei soţii?

El: - *Sigur că da! Ştie ea ce-am pătimit în copilărie... Bine că l-a luat Dumnezeu. Nu doar mama era bătută crunt când se întorcea beat. Şi eu aveam porţia mea de bătaie. Obsesia lui era să mă vadă în pat, dormind, când sosea seara acasă. Aşa că dacă aceasta nu se întâmpla, începea măcelul. Dar uneori nu mă puteam culca aşa de repede, căci aveam de învăţat. Şi apoi, el venea tot timpul la ore neprevăzute şi neregulate. Totul depindea de crâşmă...*

Preotul: Bine, dar de unde obsesia aceasta a lui să te vadă culcat? Trebuie să fi avut el o motivaţie! N-ai descoperit-o?

El: - *A..., ba da! Cum să nu... nici nu mi-am dat seama că ar exista vreo legătură ca să vă spun mai repede... El mă vedea pe mine ca pe o piedică în*

declanşarea unei partide de amor de care avea chef când venea mustind de alcool. Dacă eu nu dormeam, copil fiind, puteam nimeri peste ei, cum s-a întâmplat odată... am primit atunci o bătaie soră cu moartea...

Preotul: Deci…, totuşi există traume legate de viaţa sexuală în trecutul dumenvoastră…

El: - *Da, dar nu am fost atent la aceste aspecte... Nu ştiu dacă mai au vreo importanţă acum...*

Preotul: Dar care vi se pare cea mai traumatică experienţă a acestei copilării chinuite?

El: - *Mi-aduc aminte... Eu m-am adaptat la realităţi cât am putut... aşa că de câte ori apărea el la scara blocului – îl cunoşteam după plachiurile de la pantofi, avea obsesia plachiurilor, a pantofilor care să aibă o călcare sonoră, mai ales pe ciment sau marmură – mă aruncam în pat, sub plapumă, chiar îmbrăcat, să nu ajung iar bătut măr... Am ajuns cu mama la o înţelegere non-verbală să mă lase să dorm uneori şi aşa – nevoia m-a obligat... Îmi amintesc că pe la 12 ani, mama a avut o foarte dificilă operaţie de cancer uterin. A stat în spital vreo 3 săptămâni, doctorul nu i-a mai dat foarte mult de trăit... În acest timp n-a vizitat-o călăul niciodată la spital... În prima zi când s-a întors acasă după operaţie, a venit beat el, demonul şi împieliţatul. Eu m-am aruncat în aşternut îmbrăcat, cunoscând scandalul ce ar urma dacă nu respect regulile. În noaptea aceea, ticălosul a violat-o pe mama, în ciuda operaţiei pe care a suferit-o. Am vrut să-l strâng de gât. Am vrut să împlânt în el cuţitul, dar mă temeam că mă prinde şi mă omoară el pe mine. Atunci m-am jurat în sinea mea că eu n-o să fac aşa ceva cât timp voi trăi... nu... nu...*

Preotul: Înfiorător, cu adevărat… Viaţa e uneori atât de crudă şi de insuportabilă... Mai ales când toate aceste realităţi trebuie să le suporţi departe fiind de Dumnezeu, la care nu poţi ajunge fără să fi auzit

vorbindu-se despre El din gura unui om al Său… Dar întoarcerea la Dumnezeu este binevenită oricând. Dumnezeu în iubirea Sa infinită ne primeşte cu braţele deschise oricând dorim. Vedeţi, pentru vindecarea acestor răni ale trecutului, este necesar să ne întâlnim de mai multe ori, pentru un tratament duhovnicesc. În plus, ar face foarte bine şi o spovedanie şi o împărtăşanie care să vă purifice trecutul şi „să vă umple de har”. Bineînţeles, totul este să fiţi de acord cu acestea…

Ea: - *Desigur, cum să nu... Noi avem în faţă idealul nobil al unui copilaş care să ne schimbe viaţa în bine... Şi apoi, ascultându-l pe soţul meu, mi-am adus aminte de un amănunt al trecutului meu. Şi pe mine mă mai bătea tata. Nu des, dar totuşi mai des decât ar fi trebuit. De exemplu, toată tremur când seara, aud zgomotul produs de catarama de la cureaua soţului când se atinge de vreun scaun sau de ceva. Asta pentru că în copilărie tata însuşi avea o curea cu catarамă verde, groasă cât două degete... N-o uit până mor. Când văd la cineva un produs similar, mă cuprind frigurile. Cu aceasta mă bătea pe mine şi pe fratele meu. Doamne, cum unele lucruri nu se uită şi se întipăresc atât de profund în mintea noastră...*

Preotul: Aşa este... Vă ofer această broşurică călăuzitoare pe cărările credinţei şi vă aştept săptămâna viitoare, la aceeaşi oră.

- Vă mulţumim! Venim negreşit!

* * *

Mama lui Costelaş, un băieţel de 4 anişori, se destăinuie părintelui paroh:

- *Părinte, am venit la dumneavoastră pentru că sunt foarte tristă. M-a năvălit o tristeţe de nedescris. A devenit aproape permanentă. Vă dau doar cel mai recent caz: Aseară, după ce l-am culcat pe Costelaş, băieţelul meu de 4 anişori, am izbucnit în plâns. M-a ţinut aproape o oră. Nu ştiu ce se întâmplă cu mine. E drept, dacă mă gândesc bine, ieri toată ziua Costelaş a fost mai neastâmpărat. Nu a vrut să asculte aproape nimic din ceea ce i-am cerut. Nu a mâncat totul din farfurie, s-a dus şi s-a jucat pe stradă, deşi i-am interzis acest lucru; i-am făcut băiţă şi mi-a umplut baia de apă de am alunecat şi era să-mi sparg capul. A fost o zi în care a manifestat o continuă opoziţie faţă de tot ceea ce i-am cerut. Vai, cât de obositor a fost! Seara, i-am cerut să meargă în camera lui să se culce, şi a refuzat cu încăpăţânare. Atunci am fost nevoită să ţip la el, şi după un răcnet al meu de leoaică a ascultat şi s-a dus la culcare. Apoi a fost supus şi s-a culcat. Dar eu am izbucnit în plâns… şi m-a cuprins o jalnică tristeţe… o tristeţe sfâşietoare, ontologică, profundă... nu ştiu ce-i cu mine! Nu înţeleg ce mi-a provocat o asemenea stare şi ce m-a făcut să ajung să strig în halul acesta la el…*

Preotul: Bine, dar până acum nu aţi mai avut reacţii necontrolate în raport cu el? Sau stări deprimate după vreun incident major?

- *Nu ştiu ce să zic… Aseară a refuzat să se culce până când i-am făcut o concesie, i-am împlinit un hatâr, care m-a tulburat, şi nu ştiu de ce: i-am permis să se culce în patul tăticului său…*

Preotul: O, Doamnă Emilia, cert este că la prima vedere se pare că incidentul este cauzat de relaţia

defectuoasă de moment dintre dumneavoastră şi băieţel: un copil neascultător o face pe mamă să plângă. Eu însă vă spun că realitatea e mult mai complexă. Ceva mai adânc din fiinţa dumneavoastră a fost atins, o fibră profundă… ceva legat de propria dumneavoastră copilărie… Nu vă vine nimic în minte, în aceste momente, din trecutul dumneavoastră?

- *Îmi amintesc cu tristeţe că în copilărie, mama mea obişnuia să ţipe la mine când nu eram cuminte. Dar acest lucru s-a întâmplat îndeosebi după ce s-a născut fratele meu mai mic. Îmi amintesc că eu am trecut atunci printr-o criză stranie, nu am mai vrut să mănânc, iar mama m-a internat într-un spital până am ajuns la greutatea corporală pe care medicul a indicat-o. Am suferit la apariţia frăţiorului meu pentru că, dintr-o dată, m-am simţit abandonată. E drept că eram mai mare, aveam deja 7 ani, dar totuşi încă eram însetată de afecţiunea părinţilor, iar ei s-au concentrat, 100%, pe fratele mai mic. El era protejatul. El a ocupat întru totul atenţia mamei mele. M-am simţit o exclusă... el putea inclusiv să doarmă cu mama mea. A confiscat-o întru totul. Eu, în schimb, eram o repudiată, o ignorată, cea care nu mai conta... atunci eram o exclusă din relaţia mamă-fratele mai mic, şi plângeam pe ascuns strângând în braţe un ursuleţ de pluş. Cred că de aceea am plâns aseară... am retrăit emotiv profund stările de dramă ale copilăriei mele. M-am simţit din nou o exclusă: de astă dată, din relaţie de afecţiune, din relaţia privilegiată dintre Costelaş al meu şi soţul meu. Vai, asta este drama vieţii mele: să fiu o perpetuă exclusă, deşi încerc tot timpul să fac doar binele… Doamne, ce trist… de-aia am plâns părinte… Vă mulţumesc că m-aţi luminat. Acum mă înţeleg pe mine însămi…*

Observaţii: Terapeutul trebuie să se exerseze să-şi controleze reacţiile de contra-transfer asupra credinciosului. Altfel, caz extrem de frecvent întâlnit, ***credinciosul devine victima reacţiilor contra-transferenţiale ale psihoterapeuţilor.*** Aceasta se întâmplă deoarece preoţii au tendinţa de a avea aceeaşi atitudine faţă de cele trăite în timpul analizei pe care au avut-o anterior, în cazuri aparent similare (sentimentul „*deja vu*”, în situaţia când apar elemente comune între situaţia actuală şi alte situaţii cu care s-a confruntat în trecut). Aceasta îl face pe preot să răspundă unei situaţii realmente noi cu un fals sentiment de recunoaştere.

* * *

O credincioasă de 25 de ani, care de mai mult de un an de zile are întâlniri periodice cu preotul psihoterapeut, a venit la preot bucuroasă:

- Vai, părinte, ce bucurie în viaţa mea! În sfârşit, am rămas însărcinată… Dumneavoastră ştiţi cât de mult mi-am dorit eu aceasta. Doamne, ce bucurie! De mai mult de un an, de când sora mea a născut băieţelul acela drăguţ, nu mi-am mai acceptat viaţa. Şi iată, după o lungă aşteptare, clipa cea fericită a sosit! Dar să ştiţi, părinte, că nu am spus nimănui vestea aceasta deosebită, decât numai soţului meu şi dumneavoastră. Vreau să păstrez pentru o perioadă de timp mai îndelungată secretul. Nu de alta, dar nu vreau ca mama să aibă motiv să invadeze din nou viaţa mea şi să mă sufoce. Ar zice că trebuie să mă protejeze, să mă ajute, să-mi uşureze munca, dar intervenţia ei m-ar obosi de moarte. De-abia am reuşit s-o îndepărtez, s-o pun la locul ce i se cuvine, şi n-am deloc chef s-o văd întunecându-mi din nou viaţa. Ştiţi, de când m-am căsătorit şi m-am mutat la Sibiu, tare m-am liniştit. Ea a rămas la ograda ei, cu viaţa ei, iar eu m-am simţit dintr-o dată atât de relaxată! Era o povară pentru mine. Toată viaţa ei a fost o povară pentru mine, m-a controlat într-un mod revoltător şi comportamentul ei tiranic m-a dezgustat din fragedă pruncie. Aşa că, părinte, acum, cu sarcina, o să vin mai rar, dacă sunteţi de acord, la întâlnirile terapeutice. Dar o să mă spovedesc la fel de des, căci vreau să mă împărtăşesc des, pentru binele copilului.

După nici două săptămâni, credincioasa revine la preot disperată:

- Vai, părinte, ce nenorocire! Mama mea a aflat că sunt însărcinată. Doamne, din clipa aceea m-a lovit o durere de cap insuportabilă. Ca un junghi în creier! De aceea am venit la dumneavoastră. Asta-mi lipsea acum!

Ce blestem pe mine! Durerea asta e sfâşietoare. Se învârte totul cu mine. Soră-mea, a sesizat repede că sunt mai grăsuţă. Nu am putut să neg sarcina. Dar am implorat-o să nu spună nimănui, nici măcar mamei. Ea nu a rezistat, şi cum a ajuns acasă i-a telefonat. Apoi mama m-a şi sunat! Doamne, şi cât de bine mă simţeam. A distrus totul! Totul! Ce chin!

Preotul: - *Oare, de unde vine această agitaţie a dumneavoastră? Vă temeţi că şi-a găsit motiv să vă reinvadeze viaţa? Să se instaleze brutal în viaţa dumneavoastră şi să-şi reia comportamentul sufocant?*

- Da, cred că aşa va fi… cred că de aici îmi vin durerile de cap. Şi cât de greu mi-am dobândit libertatea! Cât de greu am zburat din cuibul ei! Şi cât de posesivă era! Vedeţi, şi la căsătoria mea a avut un cuvânt decisiv de spus ea. Dragostea mea nu conta, opinia mea era zero, ea a hotărât că soţul meu e persoana potrivită pentru mine. Copilaşul acesta în schimb, am simţit eu, că e decizia mea şi numai a mea. Atât mi-am dorit să nu se bage din nou în viaţa mea. Şi iată, iar a făcut-o! Vai, ce durere de cap am… Simt că nu mai pot…

Preotul: *Dar, ce ziceţi, totuşi, în familie, relaţia cu soţul merge bine? Sunteţi mulţumită? E pace şi armonie?*

- Ah, da, slavă Domnului, cu soţul deocamdată totul este bine. Şi a fost şi până acum. Dar de acum încolo nu ştiu ce va mai fi. Viitorul mă îngrozeşte…

Preotul: *Vă temeţi că se va schimba ceva şi în relaţia cu soţul?*

- Mă tem că voi ajunge ***controlată din nou***. Doamne, cât de liniştită am fost până acum. Nu mai vreau în viaţa mea pe nimeni să mă chinuie. Şi nu mai vreau motive să fiu chinuită. Am fost destul torturată… dacă va începe şi soţul meu, simt că voi înnebuni. Doamne, şi copilaşul acesta nu-i vinovat cu nimic. Şi el de ce trebuie să sufere?

* * *

Analiză: Dacă până acum terapeutul a interpretat durerea de cap ca fiind produsă de teama de a nu fi dirijată de mamă, apare acum posibilitatea de o interpreta ca ***o aluzie la copil***. Nu cumva simptomul reprezintă teama pacientei legată de faptul că copilul ar simboliza ***încercarea mamei de apune stăpânire pe ea din interiorul corpului?*** Pacienta a acceptat interpretarea şi a scos la iveală gândul ascuns că ***şi-ar putea urî propriul copil***, adăugând că durerea de cap ar putea fi expresia ***conflictului dintre iubirea protectoare pentru copil şi impulsul ei de o viaţă de a scăpa de orice i-ar îngrădi libertatea***. După această constatare, femeia observă că pentru prima dată, după multe zile, durea de cap a încetat.

Bibliografie

A. **În limba română:**

- Mircea Agabrian, 2000, *Sociologie*, Edit. Universităţii, Alba Iulia;
- G. W. Allport, 1981, *Structura şi dezvoltarea personalităţii*, Edit. Didactică şi Pedagogică, Bucureşti;
- A. Athanasiu, 2003, *Muzică şi medicină. Homo musicalis*, Edit. Minerva, Bucureşti;
- A. Băban, 2001, *Consilierea educaţională*, Edit. Presa Universitară Clujeană, Cluj-Napoca;
- Idem, 2002, *Metodologia cercetării calitative*, Edit. Presa Universitară Clujeană, Cluj-Napoca;
- Y. Benito, 2003, *Copii supradotaţi*, Edit. Polirom, Iaşi;
- E. Bonchiş – M. Drugaş – S. Trip – C. Dindelegan, 2006, *Introducere în psihologia personalităţii,* Edit. Universităţii din Oradea, Oradea;
- E. Bonchiş, 2006(a), *Psihologia generală,* Editura Universităţii din Oradea, Oradea;
- Idem, 2006(b), *Teorii ale dezvoltării copilului*, Edit. Dacia, Cluj-Napoca;
- A. Botiş – A. Tărău, 2004, *Disciplinarea pozitivă*, Edit. ASCR, Cluj-Napoca;
- S. Brumă-Popescu, 2003, *Dezvoltări dizarmonice de personalitate în copilărie şi în adolescenţă*, Edit. Paralela 45, Piteşti;
- J. Canfield – M. V. Hansen – P. Hansen – I. Dunlap, 2001, *Supă de pui pentru suflet de copil*, Edit. Amaltea, Bucureşti;
- D. Cornuţiu, 2003, *Breviar de Psihiatrie*, Edit. Imprimeriei de Vest, Oradea;
- A. Cosmovici, 1996, *Psihologie generală*, Edit. Polirom, Iaşi;

- J. Cosnier, 2002, *Introducere în psihologia emoţiilor şi a sentimentelor,* Edit. Polirom, Iaşi;
- 1998, *Dicţionar de Psihiatrie şi Psihopatologie clinică. Larousse,* Edit. Univers Enciclopedic, Bucureşti;
- J. Duquesne, 2005, Dumnezeu pe înţelesul copiilor, Edit. Humanitas, Bucureşti;
- C. Enăchescu, 2005, *Tratat de psihopatologie,* Edit. Tehnică, Bucureşti;
- J. Evola, 1994, *Metafizica sexului,* Edit. Humanitas, Bucureşti;
- S. Freud, 2004, *Opere 3. Psihologia inconştientului*, Edit. Ştiinţifică, Bucureşti;
- Fl. Gheorghe, 2003, *Fenomenologie penitenciară*, Edit. Oscar Print, Bucureşti;
- M. Golu, 2002, *Bazele psihologiei generale*, Edit. Universitară, Bucureşti;
- G. Habra, 1994, *Iubire şi senzualitate,* Edit. Anastasia, Bucureşti;
- I. Holdevici, 1996, *Elemente de psihoterapie*, Edit. All, Bucureşti;
- Idem, 1999, *Gândirea pozitivă*, Edit. Ştiinţă şi Tehnică, Bucureşti;
- Idem, 2000, *Ameliorarea performanţelor individuale prin tehnici de psihoterapie,* Edit. Orizonturi, Bucureşti;
- W. Huber, 1997, *Psihoterapiile*, Edit. Ştiinţă şi Tehnică, Bucureşti;
- G. Ionescu, 1973, *Introducere în psihologia medicală,* Edit. Ştiinţifică, Bucureşti;
- Idem, 1990, *Psihoterapie*, Edit. Ştiinţifică, Bucureşti;
- C. Juncu, 2004, *Psihologia educaţiei,* U.T Press, Cluj-Napoca;
- C. G. Jung, 1997, *Tipuri psihologice,* Edit. Humanitas, Bucureşti;

- M. Lăzărescu, 1994, *Psihopatologie clinică,* Edit. Helicon, Timişoara;
- F. Lelord – C. Andre, 1998, *Cum să ne purtăm cu personalităţile dificile,* Edit. Trei, Bucureşti;
- G. Lemeni – M. Miclea, 2004, *Consiliere şi orientare*, Edit. ASCR, Cluj-Napoca;
- A. Lieury, 1990, *Manual de psihologie generală*, Edit. Antel, Bucureşti;
- V. Lossky, 1993, *Introducere în teologia ortodoxă*, Edit. Enciclopedică, Bucureşti;
- E. Lupşa – V. Bratu, 2005, *Psihologie*, Edit. Corvin, Deva;
- T., Malirn – A. Birch – A. Wadeley, 1999, *Perspective în psihologie*, Edit. Tehnică, Bucureşti;
- I. Mânzat, 1997, *Psihologia credinţei religioase*, Edit. Ştiinţă şi Tehnică, Bucureşti;
- I. Mitrofan, 2000, *Orientarea experienţială în psihoterapie,* Edit. Sper, Bucureşti;
- I. Mitrofan – D. Buzducea, 2002, *Psihologia pierderii şi terapia durerii*, Edit. Sper, Bucureşti;
- I. Moldovan, 1995, *Pedagogia creştină*, Edit. Logos, Oradea;
- Idem, 2001(a), *Psihologia vieţii religioase*, Edit. Logos, Cluj-Napoca;
- Idem, 2001(b), *Introducere în psihologia vieţii religioase*, Edit. Logos, Cluj-Napoca;
- A. Munteanu, 2003, *Psihoterapia copilului şi a adolescentului*, Edit. Augusta, Timişoara;
- C. Neamţu – A. Gherguţ, 2000, *Psihopedagogie specială*, Edit. Polirom, Iaşi;
- P. Neveanu-Popescu – M. Zlate – T., Creţu, 1991, *Psihologie*, Edit. Didactică şi Pedagogică, Bucureşti;

- A. Nuţă, 2003, *Psihoterapeutul de buzunar,* Edit. Sper, Bucureşti;
- Constantin Oancea, 2002, *Tehnici de sfătuire/consiliere,* Edit. Vavila, Bucureşti;
- M. D. Paşca, 2004, *Povestea terapeutică*, Edit. Ardealul, Târgu-Mureş;
- Idem, 2005, *Infractorul minor şi reintegrarea sa în comunitate*, Edit. Ardealul, Târgu-Mureş;
- Idem, 2006, *Noi perspective în psihologia medicală*, Edit. Ardealul, Târgu-Mureş;
- Idem, 2007, *Noi perspective în psihologia medicală* (Ediţia a II-a), Edit. University Press, Târgu-Mureş;
- Idem, 2007, *Consilierea psihologică în mediul universitar,* Edit. University Press, Târgu-Mureş;
- V. Pavelcu, 1969, *Din viaţa sentimentelor,* Edit. Enciclopedică Română, Bucureşti;
- P. Popescu-Neveanu, 1991, *Dicţionar de psihologie*, Edit. Albatros, Bucureşti;
- J. Piaget, 1971, *Biologie şi cunoaştere*, Edit. Dacia, Cluj-Napoca;
- V. Preda, 2003, *Terapii prin medierea artistică,* Presa Universitară Clujeană, Cluj-Napoca;
- V. Predescu, 1989, *Psihiatrie*, Edit. Medicală, Bucureşti;
- C. Rădulescu-Motru, 1994, *Problemele psihologiei*, Edit. Moldova, Bucureşti;
- Idem, 1995, *Puterea sufletească,* Edit. Moldova, Bucureşti;
- Al. Roşca, 1976, *Psihologia generală*, Editura Didactică şi Pedagogică, Bucureşti;
- T. Rudica – D. Costea, 2004, *Psihologia omului în proverbe*, Edit. Polirom, Iaşi;
- A. Sen, 1978, *Educaţie şi terapie*, Edit. Didactică şi Pedagogică, Bucureşti;

- B. S. Siegel, 2004, *Iubire, medicină şi miracole*, Edit. Humanitas, Bucureşti;
- N. Sillamy, 2006, *Larousse. Marele dicţionar al psihologiei*, Edit. Univers Enciclopedic, Bucureşti;
- N. Stanton, 1995, *Comunicarea*, Edit. Societatea Ştiinţă şi Tehnică, Bucureşti;
- D. Stăniloae, 1992(a), *Spiritualitatea ortodoxă. Ascetica şi mistica*, Edit. Institutului Biblic şi de Misiune Ortodoxă, Bucureşti;
- Idem, 1992(b), *Din istoria isihasmului în ortodoxia română*, Edit. Scripta, Bucureşti;
- U. Şchiopu – E. Verza, 1995, *Psihologia vârstelor*, Edit. Didactică şi Pedagogică, Bucureşti;
- Gh. Şincan, 2004, *Pilde, povestiri duhovniceşti, istorioare nostime*, Edit. Reîntregirea, Alba Iulia;
- T. Tia, 2003, *Elemente de Pastorală Misionară pentru o societate post-ideologică,* Edit. Reîntregirea, Alba Iulia;
- F. Tudose, 2002, *Psihopatologia şi psihiatria pentru psihologi*, Edit. Informatică, Bucureşti;
- H. Vlachos, 1998, *Psihoterapia ortodoxă*, Edit. Învierea, Timişoara;
- Idem, 2001, *Psihoterapia ortodoxă*, Edit. Sophia, Bucureşti;
- R. Yin, 2005, *Studiul de caz*, Edit. Polirom, Iaşi;
- V. Zenkovsky, 1998, *Convorbiri cu tinerii despre sexualitate,* Edit. Bizantină, Bucureşti;
- W. B. Zion, 2001, *Eros şi transfigurare,* Edit. Reîntregirea, Alba Iulia;
- M. Zlate, 2000, *Introducere în psihologie*, Edit. Polirom, Iaşi;

***

B) **Bibliografie în limbi străine (exclusiv italiană)**

- M. Hansenne, 2003, *Psychologie de la Personnalité*, DeBoeck Université, Bruxelles;
- A. E. Ivey, 1994, *Intentional Interviewing and Counseling Facilitating Client Development in Multicultural Societies*, Company Pacific Grove, Brooks/Cole Publishing Company, California;
- W. James, 1996, *La volonté de croire*, Paris;
- H. Lehalle – D. Mellier, 2002, *Psychologie du développement. Enfance et adolescence. Cours et exercices*, Editeur Dunod, Paris;
- B. Pascal, 1963, *Œuvres complètes*, Editeur Le Seuil, Paris ;
- N. Peseschkian, 2005, *Poveşti orientale ca instrument de psihoterapie*, Edit. Trei, Bucureşti;
- C. R. Rogers, 1996, *Développement de la personne*, Editeur Dunod, Paris;
- Ch. Thomson – I. Rudolph, 1992, *Counseling Children*, Brooks/Cole Publishing Company Pacific Grove, California;
- J. Valsiner, 1987, *Culture and the Development of Children's Action*, Edit. John Wiley and Sons, England;
- Idem, 1998, *The development of the concept of development in Historical an Epistemological perspectives in demon. Handbook of Child Psychology* (vol.1), Wiley, New-York;
- Idem, 2000, *Culture an Human Development. An Introduction*, Edit. Sage Publications, London;
- Idem, 2003, *Beyond Social Representation. A Theory of Enablement in papers on social representation*, vol.12;
- A. Vergote, 1985, *Religion, foi, incroyance. Étude psychologique*, Editeur Mardaga, Bruxelles.

***

C. **Bibliografie din spaţiul italian**

- G. d'Acquino, 1972, *Educazione psicoaffettiva,* Edit. Borla, Torino;
- J.-M. Aubert, 1989, *Compendio della morale cattolica,* Edit. Paoline, Milano;
- J. Bamberger, 1996, *La religione è un'illusione? La sfida di Freud alla teologia,* Concilium [it.] 4/96);
- I. Baumgartner, 1993, *Psicologia pastorale,* Ed. Borla, Torino;
- B. Borsato, 1994, *Le sfinde alla pastorale d'oggi. Vivere la fede e la Chiesa in modo adulto,* Edit. Dehoniane, Bologna;
- G. Bruno, 1995, *Il colloquio psicologico nella Direzione spirituale,* Ed. Rogate, Brescia;
- M. Baldini, 1994, *Educare all'ascolto,* Edit. La Scuola, Brescia;
- A. Brusco, 1993, *La relazione pastorale d'aiuto, camminare insieme,* ed. Camilline, Torino;
- S. Cavalleti, 1989, *Il potenziale religioso del bambino,* Paoline, Roma;
- A. Cencini, 1986, *Amerai Dio con tutto il cuore. Psicologia dell'incontro con Dio,* ed. Dehoniane, Bologna;
- L. Cian, 1992, *La relazione di aiuto, elementi teorico-pratici per la formazione ad una corretta comunicazione interpersonale,* Ed. Elle di Ci, Torino;
- G. Courtoise, 1972, *Per "riuscire" con i fanciulli,* Ed., Brescia;
- G. M. Comolli – Italo Monticelli (a cura di), 1999, *Manuale di Pastorale Sanitaria,* Edizoni Camilliane, Torino;
- G. Dacquino, 1972, *Educazione psicoaffetiva,* Ed. Borla, Torino;
- Idem, 1984, *Vivere il piacere,* Ed. Internazionale, Torino;
- K. Frielingsdorf, 1993, *Ma Dio non è cosi,* ed. Paoline, Roma, 1993;

- Idem, 1993, *Vivere non sopravivere, salute psicologica e fede,* Ed. Citta' Nuova, Roma;
- J. Garcia-Monge, *Il dialogo spirituale e la terapia,* "Concilium" [it.] 10/1974;
- Idem, 1978, *Il colloquio psicologico nell'azione spirituale,* Ed. La Scuola, Brescia şi Ed. Antonianum, Roma;
- Idem, 1981, *La psicologia in funzione pastorale, metodologia del colloquio,* Ed. La Scuola Editrice, Brescia şi Ed. Antonianum, Roma;
- A. Godin, 1966, *La relazione umana nel dialogo pastorale,* Ed. Borla, Roma;
- Th. Gordon, 1997, *Genitori efficaci, educare figli responsabili,* Ed. Meridiana Potenza, Bari;
- Idem, 1996, *Insegnanti efficaci,* Ed. Giunti Liscioni, Firenze;
- A. Gorres – K. Rahner, 1996, *Il male, le risposte della psicoterapia e del cristianesimo,* Cuneo;
- B. Groeschel, 1997, *Passaggi dello spirito, la psicologia dello sviluppo spirituale*, Padova;
- G. Groppo, 1980, *Psicologia e teologia: modelli di rapporto,* "Orientamenti pedagogici" 5/1980;
- A. Grun, 1997, *Comme essere in armonia con se stessi,* Edit. Queriniana, Brescia;
- R. Hostie, 1996, *Il sacerdote, consiliere spirituale*, Edit. Borla, Torino;
- F. Imonda, 1994, *Aspetti del dialogo tra le scienze umane e pedagogiche e la dimensione teologica,* "Seminarium" 1/1994;
- J. Loew, 1967, *Il contatto pastorale personale con l'"incredulo",* "Concilium" [it.] 3/1967.
- A. Manenti, 1987, *Teologia e psicologia: il metodo interdisciplinare,* "Rivista di teologia morale" 76/1987;
- G. Mazzocato, 1996, *Psicologia e pastorale, urgenze pratiche e questioni teoriche,* "Teologia" 2/1996;
- A. Miller, 1997, *Il drama del bambino dotato e la ricerca del vero sé,* Edit. Boringhieri, Torino;

- H. Nouwen, 1982, *Il guaritore ferito, il ministero nella società contemporanea,* Edit. Queriniana (Colecţia *Spiritualita'* 22*),* Brescia;
- Idem, *Ministero creativo, 1981,* (Colecţia *Spiritualita'* 20), Brescia;
- L. Pignatiello, 1996, *Comunicare la fede, saggi di teologia pastorale,* Edit. Paoline, Torino;
- J.-M. Pohier, 1991, *Psicologia e Teologia*, Paoline, Torino;
- A. Ple, 1974, *Mutamento di posizione della chiesa di fronte alla psicoanalisi*, "Concilium" [it.] 9/1974;
- C. Rogers – M. Kinget, 1980, *Psicoterapia e relazioni umane,* Edit. Boringhieri, Torino;
- G. Sovernigo, 1995, *Educare alla fede. Elementi per un progetto educativo-pastorale,* Edit. Dehoniane, Bologna;
- Idem, 1993, *L'aiuto psicologico nella crescita spirituale,* "*Credere oggi*" 3/1993;
- Idem, 1997, *Vivere la carità, maturazione relazionale e vita spirituale,* Edit. Dehoniane, Bologna;
- Idem, 1998, *La persona e l'azione del mediatore pastorale. Aspetti personali,* ed. Ftis, Padova;
- M. Szentmártoni, 2001, *Camminare insieme. Psicologia pastorale,* Edit. San Paolo, Milano;
- A. N. Terrin, 1988, *Leiturghia, dimensione fenomenologica e aspetti semiotici,* Ed. Queriniana, Brescia;
- A. Van Kaam, 1985, *Il counseling, una moderna terapia esistenziale,* Ed. Citta Nuova, Roma;
- A. Vergote, 1968, *Per una fede adulta,* "Lumen vitae" 3/1968;
- R. Zavalloni, 1989, *Il consiliere pedagogico. La relazione d'aiuto nell'educazione,* Edit. La Scuola, Brescia.

Prefaţă

Cartea de faţă se adresează, cu precădere, studenţilor de la facultăţile de teologie de limbă română din România (şi – eventual – din Republica Moldova), precum şi masteranzilor din domeniul „Psihologiei Pastorale” şi al „Consilierii Pastorale”. Ea constituie **primul volum dintr-un mai amplu tratat de Psihologie Pastorală**. Precum subtitlul şi sugerează fugitiv, acest prim volum cuprinde câteva repere fundamentale de natură psihologică, necesare celui care doreşte să se iniţieze în studiul acestei discipline şi aspiră să practice cu succes consilierea pastorală. Are **un scop didactic**, interesul autorilor fiind acela de a oferi un instrument util tuturor acelora care păşesc „timid”, dar cu o curiozitate inocentă, în universul psihologiei.

Cititorul va constata că **se exploatează consistent bibliografia existentă în limba română,** pentru a nu obliga studentul, aflat pe parcursul formării sale teologice fundamentale, să apeleze la o bibliografie în limbă străină, mai înainte de a avea cunoştinţele de bază de psihologie. Bibliografia străină va fi de un real folos ulterior, spre anii terminali şi în timpul studiilor masterale, când **poziţiile şi viziunea sa teologică vor trebui nuanţate**.

Documentarea bibliografică românească îi aparţine inimoasei psiholog dr. Dorina Maria Paşca, lector universitar/şef de lucrări la Universitatea de Medicină şi Farmacie din Târgu Mureş, care este una dintre cadrele didactice (asociate) implicate activ în activitatea de cercetare a **Institutului de Pedagogie Pastorală, Psihoterapie Ortodoxă şi Dezvoltare Comunitară** din cadrul Universităţii „1 Decembrie 1918” din Alba Iulia, un centru de cercetare care tutelează linia masterală specializată pe „consiliere” de la Facultatea de Teologie din Alba Iulia.

Din experienţa la clasă a autorilor s-a observat că unele cunoştinţe de psihologie elementară nu se deprind (totuşi) „din mers” la facultate, în condiţiile actualului învăţământ universitar „de masă”, specific societăţii româneşti post-ideologice. Aşa că s-a încercat în acest volum concentrarea unui set de cunoştinţe minimale de natură psihologică care ar trebui să le posede un student teolog, cunoştinţe fără de care tânărul nu va putea să demareze cu succes cercetarea în domeniul Psihologiei Pastorale.

De aceea, chiar dacă nişte psihologi avizaţi ar putea considera conţinutul acestui prim volum insuficient de „inovativ”, cu un coeficient de originalitate redus, pentru studenţii la teologie va constitui un instrument de lucru foarte util. Lucrarea de faţă constituind **o operă de pionierat** în literatura românească de specialitate, îşi cunoaşte limitele şi neajunsurile: ea duce povara unui început, stă sub „stigmatul” antemergătorului, rămânând „o carte deschisă”, flexibilă oricăror noi intenţii metodologice.

Cartea reprezintă liantul unei colaborări de specialitate (psihologie şi teologie) intuind câteva dintre multiplele motivaţii comune ale unei astfel de cercetări intersectate: ambele domenii sunt explicit antropologice şi antropocentrice, determinând o anumită construcţie atitudinală faţă de om ca valoare existenţială incontestabilă.

Aparatul critic nu este configurat conform exigenţelor clasice din domeniul teologic, ci respectă noua orientare a cercetării ştiinţifice din domeniul umanist de la Universitatea Babeş-Bolyai din Cluj-Napoca. Noul sistem are anumite incontestabile avantaje în raport cu cel tradiţional-teologic:

a. Pune **accentul pe anul apariţiei unei lucrări** (prin aşezarea ei pe locul doi, atât la bibliografia finală, cât şi la „nota” din paranteze), descurajând astfel excesiva exploatare a unei bibliografii râncede, fenomen des întâlnit încă în universul cercetării ştiinţifice româneşti;

b. Scoate în evidenţă autorul şi **momentul istoric exact al genezei unei idei** (idee care este – din moment ce a motivat apariţia unui volum – dacă nu revoluţionară, cel puţin inovatoare în cercetarea ştiinţifică);

c. Existenţa doar a etajului informaţional şi **lipsa sectorului de subsol al paginii** (cuprinzând dense note explicative) conferă ansamblului paginii o lejeritate aparte, făcând **lectura cărţii foarte relaxantă** şi mesajul extrem de lizibil; pagina este astfel aerisită, constituind pentru orice student o invitaţie la lectură.

d. Scuteşte autorii de nenumărate repetiţii la subsolul paginii;

Cu speranţa că Dumnezeu va binecuvânta această iniţiativă prefăcând „poteca” actuală într-o „cărare” de viitor, iar pe termen lung, într-un „drum somptuos”, cu dorinţa ca demersul nostru să fie perceput pozitiv de studenţii teologi (şi nu numai) urăm mult succes celor pasionaţi de cercetarea ştiinţifică de la intersecţia dintre psihologie şi teologie, spunându-le: *„Per aspera, ad astram!”. („Prin dificultăţi, la stele...”)*

Autorii
1 octombrie 2007

- **Psih. dr. Dorina Maria Paşca** este şef de lucrări/lector universitar la Universitatea de Medicină şi Farmacie din Târgu Mureş şi cadru didactic asociat al Institutului de Pedagogie Pastorală şi Psihoterapie Ortodoxă din cadrul Universităţii „1 Decembrie 1918” Alba Iulia.
- **Preot dr. Teofil Tia** este conferenţiar universitar la Facultatea de Teologie din cadrul Universităţii „1 Decembrie 1918” Alba Iulia, coordonator al liniei de cercetare „Psihologie Pastorală” din cadrul aceluiaşi institut.

P A R T E A   I

PSIHOLOGIA PASTORALĂ

Capitolul 1

Ce este psihologia pastorală?

1.1. Identitate. Delimitări. Definiţii
1.2. Legături interdisciplinare

1.1. Identitate. Delimitări. Definiţii

Termenul de „**psihologie**” provine din două cuvinte greceşti: ***psyche*** = **suflet** şi ***logos*** = **ştiinţă, studiu**, sudarea lor creând o nouă semnificaţie: **ştiinţa despre suflet**. Studentul teolog ar putea replica: ştiinţa despre suflet prin excelenţă este teologia, chiar dacă denumirea etimologică a domeniului ştiinţific respectiv nu sugerează acest lucru: teologia este ştiinţa despre Dumnezeu, iar drept urmare se ocupă şi de suflet şi de mântuirea lui. Cert este că termenul de „suflet” vehiculat în teologie şi cel de „psihic”, central în psihologie, nu sunt întru totul identici. Evoluţia separată a celor două discipline a determinat o evoluţie semantică diferită; însă ei nu sunt nici în opoziţie.

Spre deosebire de teologie care este o ştiinţă cu preocupare constant transcendentă, psihologia este un univers de cercetare şi analiză prin excelenţă imanent. Etajul transcendent îi lipseşte, şi aceasta chiar dintru început, respectiv din clipa în care s-a format ca

disciplină autonomă şi şi-a cristalizat propria identitate academică.

Tocmai de aceea nu putem vorbi de o rivalitate între aceste două domenii de cercetare, ci mai degrabă de **o ignorare reciprocă a lor de-a lungul câtorva decenii, situaţie impusă** de conjunctura istorică (în România, decenii întregi psihologiei i s-a suprimat dreptul la existenţă printr-o decizie aberantă a liderilor comunişti, iar teologiei i s-a interzis comunicarea fertilă cu disciplinele laice, comunicare care-i sporeau credibilitatea şi îi demonstrau caracterul ştiinţific).

Perioada post-ideologică permite **o reluare a interacţiunilor ştiinţifice şi de cercetare între aceste domenii**, mai ales că există nişte afinităţi speciale între teologie şi psihologie: amândouă sunt preocupate de tulburările, frământările, zbuciumul interior al fiinţei umane, amândouă doresc să iasă în întâmpinarea fiinţei umane aflate în angoasă, amândouă au vocaţii terapeutice, iar metodele lor sunt complementare, iar nu antagonice. Cu alte cuvinte, vorbim de două prietene care au aşteptat prea mult – în istoria recentă – până să se întâlnească.

Reluarea legăturilor interdisciplinare între aceste două fascinante domenii pune însă o problemă esenţială: aceea a interlocutorilor şi a cercetătorilor cu dublă competenţă, respectiv a specialiştilor care să înţeleagă şi să vorbească ambele limbaje: atât cel teologic, cât şi cel psihologic.

În formularea lui C-tin Rădulescu Motru definiţia psihologiei ar suna cam aşa: „psihologia este **ştiinţa despre viaţa sufletească** care urmăreşte să descrie în mod complet şi exact diferitele forme ale vieţii sufleteşti; în acelaşi timp, ea ne dă şi explicarea faptelor sufleteşti sub raportul succesiunii şi al coexistenţei lor”. ***(Constantin Rădulescu Motru, 1996, p. 16)***

Cunoaşterea psihologică, de-a lungul timpului (***E. Lupşa-V. Bratu, 2005, p. 6)***, poate fi împărţită în trei mari etape:

1) **Etapa pre-ştiinţifică** „debutează în momentul creării omului, când acesta devine conştient de sine şi începe să-şi pună întrebări legate de sine şi de natura înconjurătoare. Răspunsurile la aceste întrebări aveau o fibră raţională dar, din perspectiva ştiinţei moderne, erau naive şi inconsistente. Din mitologie datează deci nişte perspective asupra sufletului care poate unor cercetători contemporani li se vor părea chiar nostime: astfel, exista conştiinţa existenţei unui **suflet-viaţă** (care părăseşte corpul în timpul somnului şi care după moartea omului caută alt corp), a unui **suflet-umbră** (care însoţeşte corpul în stare de veghe); a unui **suflet-reflex** al corpului (care apare când ne privim în oglindă sau în alte obiecte cu potenţial de reflecţie) şi a unui **suflet-nucleu** (comun omului şi animalelor)."

2) **Etapa filosofică** debutează odată cu „formarea primelor sisteme filosofice, în antichitatea târzie (sec. VI-V î.e.n) şi se încheie cu **desprinderea psihologiei de filosofie** (1879). În această perioadă cunoaşterea psihologică dobândeşte un caracter religios sistematizat şi argumentat, ea menţinându-se la un nivel speculativ. Urmând exemplul filosofiei şi psihologia devine **materialistă** (gândirea este văzută ca o simplă secreţie a creierului) sau **idealistă** (viaţa psihică este văzută ca un fenomen de natură pur spirituală)."

3) **Etapa ştiinţifică** debutează în anul 1879 când Wilhelm Wundt, la Leipzig, înfiinţează **primul laborator de psihologie experimentală** (foarte curând, în 1893, se înfiinţează primul laborator psihologic la Iaşi, în 1906 la Bucureşti, şi în 1921 la Cluj).

După I. Mânzat, **credinţa** (în spectrul ei general şi mai ales în sens psihologic) este „**o atitudine**

spirituală, o adeziune, un **asentiment**, o ataşare de ceva anume, **o angajare a conştiinţei**. Ea presupune o **evaluare a realităţii** şi este produsul unei **convingeri subiective**.” ***(I. Mânzat, 1997, p. 22)***

După Pascal Blaise credinţa este „*deasupra*”, dar nu „*împotriva*” cunoaşterii, fapt care nu obstacolează, ci impulsionează traseul uman spre identificarea şi conturarea valorilor. ***(B. Pascal, 1963)***

Credinţa religioasă, în accepţia lui I. Mânzat, constituie o dimensiune fundamentală a spiritului, **materializată într-un sistem de valori**. ***(I. Mânzat, 1997, p. 23)*** Totodată, **credinţa religioasă** conform lui James W (1916) este credinţa într-un lucru faţă de care îndoiala teoretică rămâne încă posibilă; şi cum **criteriul credinţei rezidă într-o dispoziţie spre faptă,** se poate spune că credinţa constă în a fi gata să investeşti eforturi într-o cauză al cărei succes nu este (prestabilit sau) garantat dinainte. Este prezentă o calitate morală pe care o numim în limbaj comun, în ordinea practică, „curaj”; oamenii de mare valoare şi de mare potenţial înclină adeseori să accepte o doză de incertitudine în credinţa sau în viziunea lor filosofică, conştienţi că în orice „totalitate” rămâne „un fragment” de necunoscut, iar **riscul conferă o anumită savoare cercetării** ce o întreprinzi sau activităţii pe care o desfăşori.

Constantin Rădulescu-Motru este de părere că **credinţa** exprimă subiectivitatea omenească individuală „fondul sentimental omenesc”; ea este intim legată de personalitatea omului. Esenţială este în credinţă convingerea existenţei unui „sens al existenţei omeneşti” în general, şi a unui „sens al vieţii individului” în particular.

Credinţa este ineradicabilă pentru că individul nu poate să dizolve din adâncurile sale ontologice convingerea că **„existenţa are un sens”**, că mica sa

persoană nu poate fi indiferentă restului naturii. **Rădăcina oricărui ideal este credinţa în sensul existenţei omeneşti.** Credinţa trebuie să afirme **valoarea** individualităţii omeneşti în univers. ***(Constantin Rădulescu-Motru, 1899).***

I. Mânzat constată că „**credinţa este o depăşire a experienţei strict cognitive**. Ea implică emoţie, sentiment, voinţă, motivaţie şi atitudine. Credinţa religioasă nu e depăşirea oricărei experienţe, ci a unei experienţe prin alta, completarea lor, folosirea mai multor planuri ale experienţei.” ***(I. Mânzat, 1997, p. 22)***

Conceptual, pentru a ajunge la experienţa religioasă definită în *Dicţionarul general al ştiinţelor umane* ***(Thines-Lempereur, 1984)*** ca fiind „o componentă a atitudinii faţă de viaţă”, conceptul indică şi „înţelegerea lumii ca semn al divinului şi, într-o formă mai generală, înţelegerea prezenţei divinului în anumite realităţi pământeşti”. Această înţelegere poate avea un caracter intuitiv, dar – imediat – şi o mare profunditate afectivă”.

Este important să pornim de la **experienţa trăită** definită în *Marele dicţionar al psihologiei* ***(Larousse, 2006, p. 286)*** ca „un ansamblu de evenimente care exercită asupra individului o influenţă durabilă, adeseori chiar ireversibilă”. Experienţa trăită depăşeşte, integrându-le, unele influenţe ale mediului de viaţă, ale căror efecte pot fi modificate de anumiţi factori genetici (ce ţin de variaţia individuală) şi de experienţa anterioară.

Mai recent, cea mai consistentă contribuţie românească la studiul, identificarea şi conceptualizarea elementelor fundamentale de **psihologia credinţei şi psihologia vieţii religioase**, la nivelul bibliografiei în limba română, şi-au adus-o I. Mânzat I. Moldovan, personalităţi care vor reprezenta puncte esenţiale de

reper în lucrarea de faţă. ***(I. Mânzat, 1997 şi I. Moldovan, 2001).***

Antoine Vergote subliniază faptul că psihologia s-a născut odată cu omul, precum şi religia, de aceea, afirmă el, **totul în religie este şi psihologie**, chiar dacă în anumite sisteme simbolice religia nu coincide cu fizionomia ei psihologică. El subliniază faptul că **psihologia nu poate şi nu-şi asumă afirmaţii sau negaţii cu privire la realitatea divinului**, ci se menţine într-o poziţie exterioară în raport cu intenţiile relaţionale ideologice pe care unii le-ar promova. ***(A. Vergote, 1985)***

Pentru I. Moldovan, „scopul şi obiectivele psihologiei vieţii religioase **nu vizează susţinerea sau combaterea unor teze, afirmaţii, dogme sau adevăruri de credinţă**, **ci ea trebuie** ca – prin mijloace ştiinţifice proprii – să descopere şi să explice naşterea credinţei, evoluţia ei, să analizeze modul în care credinţa se reflectă în convingerile şi atitudinile individuale.” ***(I. Moldovan, 2001, p. 17)***

Astfel, psihologia recurge la studierea motivaţiilor, a intenţiilor, a trăirilor afective umane; analizează motivaţia direcţiei de orientare a vieţii cuiva şi mijloacele pe care le foloseşte cineva spre a-şi duce la împlinire obiectivele.

Psihologia religiei după I. Mânzat, este disciplina care se ocupă cu cercetarea particularităţilor psihologice ale credinţei şi experienţei religioase şi a diverselor atribute şi trăiri ale personalităţii credincioşilor. **Problematica fundamentală** a psihologiei religiei poate porni de la:

a) structura şi dinamica psihismului la omul credincios;

b) rădăcinile psihologice ale religiei;

c) conţinutul experienţei religioase;

d) componentele şi funcţiile credinţei religioase;

e) rolul inconştientului şi al conştientului în trăirea religioasă;

f) particularităţile psihice ale persoanelor religioase;

g) complexitatea sentimentelor de tip religios, filiaţia speranţă – iubire - credinţă;

h) pericolul disoluţiei personalităţii în credinţa fanatică.

E necesar să remarcăm câteva exigenţe ştiinţifice elementare ale cercetării academice în domeniul psihologiei religiei: ***(I. Moldovan, 2001, p. 15)***

a) În abordarea fenomenului religios, realitate „concretă" în viaţa credinciosului, este necesară o deplină atitudine ştiinţifică a cercetătorului;

b) Delimitarea clară, din punct de vedere metodologic, şi stabilirea unor raporturi de egalitate şi complementaritate cu religia, serveşte ambelor discipline; psihologia îşi păstrează identitatea şi specificitatea, putând oferi date şi rezultate din cercetarea empirică, ce pot servi religiei drept bază de valorificare a unor adevăruri cunoscute prin teologia revelată;

c) Religia (mai ales cea creştină) se bazează pe un raport stabilit între om, ca realitate fizică şi psihologică, cu un „Cineva", o realitate transcendentă, Care acceptă o relaţie de tip personal cu omul; trăirile, atitudinile, experienţele şi convingerile, motivaţiile, trăirile afective rezultate din acest raport, devin obiect de studiu al psihologiei;

d) Deoarece nu toţi oamenii „aderă" la o religie, existând şi indiferenţi din punct de vedere religios sau atei, şi datorită caracterului „simbolic" prin care este percepută şi trăită relaţia individuală cu transcendentul,

atenţia cercetărilor psihologice trebuie să se îndrepte, în egală măsură şi asupra acestora;

e) Ca ştiinţă empirică, psihologia vieţii religioase se orientează asupra conduitelor şi fenomenelor observabile, pe care le explică, cel puţin parţial, prin raportarea lor la funcţiile subiective;

Iată deci că **intersectarea dintre teologie şi psihologie** a dat naştere la o serie de parcursuri academice coagulate sub denumiri deosebite: **psihologia credinţei religioase, psihologia religiei, psihologia vieţii religioase** etc. Dintre cercetătorii pasionaţi de cercetarea de contact dintre psihologie şi religie amintim pe Th. Ribot, P. Janet, W. James, C. G. Jung, H. Delacroix, G. W. Allport, E. Durkheim, Mircea Eliade, Mircea Florian etc.

Volumul de faţă poartă însă denumirea de „Psihologie Pastorală". Care este preocuparea academică care se ascunde în spatele acestei denumiri? Psihologia pastorală se pare că are o fizionomie aparte.

Ea este **o sub-ramură a unei discipline aparte din Teologie**, respectiv **Pastorala**, şi are în obiectiv **analizarea proceselor psihologice inerente activităţii pastorale.** În activitatea concretă a preotului – păstor de suflete, el va lua contact cu o serie de trăiri umane, reacţii, atitudini, convingeri, pe care nu le va înţelege corespunzător, şi în raport cu care nu va putea să acţioneze corectiv, dacă nu le va şti lectura din perspectivă psihologică, adică dacă nu va avea minime competenţe psihologice.

Aşa s-a născut necesitatea coagulării acestei discipline. Ea este deci o disciplină sectorială recentă a teologiei (care se ancorează în dialogul tradiţional interdisciplinar dintre teologie şi psihologie) consistând în **aplicarea principiilor psihologice, a metodelor psiho-diagnostice şi psiho-terapeutice, precum şi a**

demersurilor experimentale de cercetare şi de interpretare psihologică, la întreaga serie de probleme privitoare la teologia şi practica pastorală.

Definiţia aici propusă reuşeşte într-o anumită măsură să delimiteze **sectorul propriu psihologiei pastorale**, întrucât definiţia oricărei sub-discipline psihologice trebuie să includă sectorul specific căruia i se adresează (de exemplu, **psihologia religiei** studiază fenomenele religioase ca experienţă subiectivă; **psihologia educaţiei** studiază procesele psihologice inerente practicii educative etc.).

Psihologia pastorală se interesează deci de **procesele psihologice care au loc într-un context pastoral, respectiv situaţiile în care sunt angajate două sau mai multe persoane** (una dintre acestea fiind, de obicei, preotul păstor), **într-un dialog care presupune relaţia cu Dumnezeu.**

„Putem vorbi de un context pastoral atunci când se instaurează o relaţie inter-personală între un preot şi una sau mai multe persoane („subiecţi pastorali") **deschişi prezenţei transcendenţei**. Psihologia pastorală ca nouă disciplină teologică a fost impusă de exigenţele concrete ale muncii păstorului de suflete. Membrii clerului sunt chemaţi să facă faţă multor roluri într-o societate democratică: să fie preoţi, profesori, asistenţi sociali, administratori, jurnalişti etc.

Dincolo de rolurile „tradiţionale", astăzi devine tot mai solicitat preotul în calitatea lui de „sfătuitor", de „consilier”, căruia credincioşii să i se poată adresa în momentele de criză ale vieţii lor (conflicte conjugale şi familiale, decizii majore de luat în viaţă, doliu, probleme etc.)”. ***(G. Sovernigo, 1998)***

Cum menţionam, unul din rolurile tot mai pretinse preotului în exercitarea responsabilităţii lui în legătură cu comunitatea este acela de ***consilier.*** În

trecut, aceasta era în strânsă conexiune cu vocaţia de ***vindecător*** al rănilor interioare. Aceste două competenţe erau nedetaşabile chiar şi pe vremea Mântuitorului (El era **taumaturgul** prin excelenţă). În istoria recentă, ele apar separate: preotul se angajează în mod special în activitatea pastorală, în timp ce diferiţi alţi specialişti (medici, psihoterapeuţi, psihologi) se dedică vindecării (fizice şi mentale).

Aspectul pozitiv al acestei „sectorizări" este că fiecare specialist va şti, cu maximă competenţă, să rezolve problema care intră în atribuţia sa, dar aspectul negativ este că **se va pierde tot mai mult din atenţie omul în integralitatea sa.** Parcelarea înseamnă, inevitabil, şi fragmentare, fărâmiţare, atomizare a perspectivelor. Acest aspect negativ se încearcă a fi evitat prin studierea Psihologiei Pastorale de către studenţii teologi.

1.2. Legături interdisciplinare

Psihologul francez J.-M. Pohier a observat că „religia a început să utilizeze în vederea realizării propriilor obiective, tehnici ale psihologiei; acest uz este în primul rând practic, dar faptul în sine demonstrează implicit o acceptare a conceptelor şi teoriilor psihologice". ***(J.-M. Pohier, 1991, p. 87)***

În epoca contemporană, în care oricare ştiinţă trebuie să respire aerul inter-disciplinarităţii, teologia, la rândul ei, colaborează cu alte ştiinţe, precum **psihologia, sociologia şi antropologia culturală**. Raportul care se stabileşte între psihologie şi teologie, **garantează pe de o parte, independenţa celor două ştiinţe şi specificul metodei de cercetare a fiecăreia, iar pe de altă parte, permite o fertilă colaborare între specialiştii acestora.**

Astăzi, teologia se orientează spre psihologie, sociologie şi alte ştiinţe, întrucât dezvoltarea acestora în cadrul culturii contemporane este capabilă să ofere noi instrumente de înţelegere a mesajului lui Dumnezeu pentru lumea de astăzi. Toate aceste ştiinţe descoperă noi dimensiuni ale realităţii umane, modifică perspectiva din care omul se priveşte pe sine însuşi şi lumea în care trăieşte, permiţând astfel o mai profundă şi mai detaliată înţelegere a planului lui Dumnezeu cu omenirea contemporană.

Putem aprecia că şi psihologia are nevoie de teologie, într-o anumită măsură. Aceasta pentru că şi **psihologia, ca ştiinţă antropologică, vehiculează o anumită viziune despre om** şi lucrează cu o anumită teorie a valorilor; deci, ea înseşi este condiţionată de o anumită antropologie şi de o anumită etică, pe care cel mai adesea o împrumută din cultura vremii în care se dezvoltă. Or, în adâncul culturii europene bate o inimă în mod inconfundabil creştină. Iar psihologia, dacă doreşte să înţeleagă în profunzime antropologia, etica şi mentalitatea lumii moderne, trebuie să cerceteze bazele creştine ale culturii contemporane.

În istoria ştiinţelor, putem vorbi despre existenţa a trei mari modele de raport între psihologie şi teologie: **modelul ierarhic (1), modelul utilizării funcţionale (2) şi modelul dialogului interdisciplinar (3).** Primul dintre aceste modele de raportare, cel **ierarhic**, este anacronic, întrucât acesta considera teologia drept ştiinţa supremă care oferea tuturor celorlalte ştiinţe bazele ultime şi cadrul ideologic suprem, în limitele căruia ele îşi puteau formula ipotezele şi teoriile. Astăzi nici un psiholog, ca adevărat om de ştiinţă, nu ar mai accepta o astfel de limitare a libertăţii sale de cercetare şi de experimentare. Pericolul de a pune şi azi în aplicare acest raport pândeşte totuşi pe specialiştii

ambelor ştiinţe, atunci când aceştia (fie ei psihologi, fie teologi) absolutizează (mai mult sau mai puţin conştient) propria ştiinţă, considerând-o drept unica cu adevărat „ştiinţifică" şi desconsiderându-le pe celelalte. Aceasta atitudine „îngâmfată" face imposibilă o adevărată colaborare între aceste două ştiinţe.

Modelul utilizării funcţionale este foarte vechi. Potrivit lui, o ştiinţă îşi asumă rezultatele unei alte ştiinţe, punându-le la baza cercetărilor din propriul sector de interes, recunoscând validitatea metodei ştiinţifice a celeilalte. În acest caz deci, o ştiinţă se consultă cu cealaltă, fără ca una să abandoneze rolul ei de „informatoare" iar cealaltă pe cel de „ascultătoare". Potrivit acestui model însă, cele două ştiinţe nu intră într-un autentic dialog, deoarece fiecare îşi acceptă definitiv rolul asumat din start.

Modelul dialogului interdisciplinar presupune ca cele două ştiinţe să îşi schimbe rolurile, fiecare devenind „ascultătoare" şi respectiv „informatoare". Bineînţeles că există anumite condiţii fără de care nu se poate instaura un adevărat dialog interdisciplinar între teologie şi psihologie: în primul rând, atât teologul, cât şi psihologul, trebuie să renunţe la pretenţia că ştiinţa în care fiecare dintre ei este specialist constituie unica raportare ştiinţifică validă la realitate; în al doilea rând, specialiştii celor două ştiinţe trebuie să fie „bilingvi", adică trebuie să vorbească şi să înţeleagă, pe lângă limbajul ştiinţific al propriei ştiinţe şi pe al celeilalte, cunoscându-i într-o anumită măsură metodologia ştiinţifică; în al treilea rând, cele două ştiinţe trebuie să aibă un teren comun de interes, în care să se întâlnească.

Terenul comun de interes atât al teologiei cât şi al psihologiei îl constituie **omul**, ambele fiind ştiinţe antropologice, chiar dacă teologia – precum am spus anticipat – este prin excelenţă o ştiinţă „teo-logică".

Ceea ce le diferenţiază este, de fapt, metoda de cercetare proprie fiecăreia. Aceste ştiinţe vor rămâne permanent distincte, dacă fiecare îşi va păstra fidelitatea la propria metodă de cercetare.

Interrelaţiile pornesc de la faptul că, potrivit lui I. Moldovan, **caracterul ştiinţific al psihologiei** este determinat de mai mulţi factori, dintre care enumerăm: „caracterul empiric, faptul că studiază constantele şi variabilele psihologice, orientarea, originalitatea şi structura unei conduite, posibilitatea cuantificării unor date obţinute în cercetare; analiza lor matematico-statistică şi deducerea pe această bază, a unor reguli, legităţi sau constante.” ***(I. Moldovan, 2001, p. 26)***

Psihologia vieţii religioase îşi păstrează toate aceste însuşiri menţionate mai sus. Studiul său se orientează, cu precădere, asupra fenomenelor observabile pe care le explică (total sau parţial) şi le pune în legătură cu ansamblul vieţii subiective şi transformabile produse în ea. Viaţa religioasă constituie o latură sau o componentă esenţială a vieţii generale a omului. În funcţie de măsura sau nivelul trăirilor religioase, acestea se vor face simţite într-o mai mare sau mai mică măsură asupra vieţii psihice globale, conduitei şi atitudinilor persoanei.

Psihologia pastorală se mai intersectează cu **filosofia**, cu **antropologia culturală** în contextul în care Antoine Vergote (1985) sublinia că religia pentru el constituie atât **a) un fenomen cultural**; cât şi **b) un sistem simbolic**.

Totodată, afinităţile psihologiei pastorale pot fi legate şi de **pedagogie** în contextul în care, educaţia face „corp comun” în actul responsabil de formare a conştiinţei de sine, dar şi a personalităţii umane.

Capitolul 2

Metode de cercetare psihologică

2.1. „Metoda" – instrument spre cunoaşterea ştiinţifică
2.2. Metoda observaţiei
2.3. Metoda convorbirii
2.4. Metoda biografică
2.5. Metoda analizei produselor activităţii
2.6. Studiul de caz

2.1. „Metoda" – instrument spre cunoaşterea ştiinţifică

Etimologic, termenul de *metodă* provine din grecescul meth-odos = cale, drum către ceva. Orice metodă are o finalitate, este utilizată spre atingerea unui anumit scop. Potrivit lui A. Cosmovici ea este un program de acţiune, cu referire la o înlănţuire de noţiuni şi judecăţi, având o fibră raţional-logică, cu un obiectiv. ***(A. Cosmovici, 1996, p. 32)***

În schimb, după Popescu-Neveanu, prin metodă de cercetare înţelegem „calea, itinerarul, traseul, structura de ordine sau „programul" după care se reglează acţiunile intelectuale şi practice în vederea atingerii unui scop." ***(Popescu-Neveanu, 1991, p. 16)***

Metodele au un caracter instrumental, de intervenţie, de informare, interpretare şi acţiune. După scop, ele pot fi de **recoltare a informaţiei**, de prelucrare şi interpretare a datelor culese, de **investigare** intensivă şi extensivă, de diagnoză şi prognoză şi de **cercetare**.

Urmărind secvenţa de **criteriu**, M. Zlate realizează o clasificare a **metodelor** pornind de la: a) **caracterul** lor (subiective şi obiective), b) **specificul relaţiilor investigate** (cantitative şi calitative), c) **natura relaţiei dintre cercetător şi subiect** (directe şi indirecte) d) **scopul** urmărit (de recoltare, prelucrare, investigare, diagnoză şi prognoze, cercetare şi aplicative). ***(M. Zlate, 2000, p. 42)***

Potrivit lui Popescu-Neveanu **metodele** sunt ghidate de concepţia generală a cercetătorului, de principiile teoretico-ştiinţifice de la care acesta porneşte, fiind reunite sub denumirea de **metodologia** cercetării. Fiecare orientare sau şcoală psihologică îşi are propria sa metodologie.

2.2. Metoda observaţiei

Considerată ca fiind una din cele mai uzuale metode de cercetare, **observaţia constă într-o urmărire intenţionată, atentă şi sistematică, a unor reacţii psihice,** cu scopul de a sesiza aspectele lor esenţiale.

A. Băban identifică „**scopurile** observaţiei ca fiind:

- a reflecta evenimente, acţiuni, norme şi valori;
- a descrie contextul şi persoanele observate pentru o mai bună înţelegere a ceea ce se întâmplă acolo;
- a contextualiza, social şi istoric, evenimentele observate, pentru a fi corect înţelese;
- a integra evenimentul studiat în viaţa socială;
- a permite înţelegerea fenomenului respectiv evitând utilizarea prematură a teoriei şi a conceptelor;
- a oferi un design de cercetare flexibil, care să permită o investigare deschisă spre aspectele neaşteptate şi neprevăzute.” ***(A. Băban, 2002, p. 83)***

Pentru N. Jurcău caracteristica esenţială a observaţiei este **caracterul său de noninterventie**; observatorul urmăreşte fluxul evenimentelor, dar nu intervine pentru a le modifica. Cu toate acestea, **observarea înseamnă şi activism, sistematizare şi repetiţie**, care toate necesită timp şi organizare, conform unui plan dinainte stabilit. ***(N. Jurcău, 2004)***

Observaţia îşi dovedeşte viabilitatea atunci când îndeplineşte anumite **condiţii** precum: ***(Popescu-Neveanu, 1991, p. 16)***

- stabilirea clară, precisă, a scopului, a obiectivului urmărit;
- selectarea formelor ce vor fi utilizate, a condiţiilor şi mijloacelor necesare;
- elaborarea unui plan riguros de observaţie;
- consemnarea imediată a celor observate, deoarece consemnarea ulterioară va fi deteriorată de uitare;
- efectuarea unui număr optim de observaţii;
- desfăşurarea ei în condiţii cât mai variate;
- garantarea unui grad maximal de discreţie.

În actul practic al aplicării metodei observaţiei, aceasta poate fi clasificată în funcţie de mai multe criterii. O abordare sistemică în acest sens, ne oferă E. Bonchiş, care decodifică observaţia după:

1) Orientarea actului observaţional, aceasta fiind a) **observaţia propriu-zisă,** îndreptată spre manifestările comportamentale ale altor persoane şi clasificarea informaţiilor primite; b) **auto-observaţia,** care este orientată spre propriul comportament, vizând cunoaşterea gândurilor, aspiraţiilor şi sentimentelor proprii, cu ajutorul jurnalelor, fişelor de monitorizare şi autoraportorului;

2) Focalizarea actului observaţional: a) **pe aspecte specifice, înguste,** înregistrarea rezultatelor

observaţiei făcându-se cu ajutorul unor grile de observaţie care au la bază studii amănunţite ale problemei studiate; b) **generală,** având mai mult un rol explorator pentru un fenomen nou sau necunoscut cercetătorului;

3) Prezenţa sau absenţa intenţiei de a observa: a) **ocazională**, lipsită de reguli, chiar întâmplătoare; b) **sistematică sau structurată,** având la bază unele reguli stabilite anterior;

4) Prezenţa sau absenţa observatorului: a) **directă** (observatorul este prezent fizic, iar subiecţii conştientizează acest lucru); b) **cu observator ignorat** (este prezent fizic, dar ignorat de subiecţi; intră în această categorie mai ales observaţiile naturale, iar în activitatea cu subiecţi-copii, este evidentă şi utilizată frecvent); c) **indirectă sau cu observator ascuns,** când observatorul nu are contact direct cu subiectul observat (draperii, oglinzi unidirecţionale, camere de luat vederi). ***(E. Bonchiş, 2006, p. 422)***

Un loc aparte în cadrul **observaţiei** îl ocupă cea efectuată: a) **sistematic,** deoarece permite studierea comportamentului care se produce spontan în condiţii normale sau de laborator; în acest segment se pot crea şi situaţii specifice în vederea provocării unui comportament urmat; b) **naturală**, care impune o descriere plină de acurateţe a faptelor, cât şi o interpretare obiectivă a lor, fără a porni de la ipoteze dinainte stabilite.

Celor prezentate anterior, Popescu-Neveanu le mai adaugă câteva, clasificând observaţia şi după:

5) Durata observaţiei, ea fiind la rândul ei: a) **continuă**, efectuată pe o perioadă mai mare de timp; b), **discontinuă,** prezentă pe unităţi de timp mai mici şi la intervale diferite;

6) Obiectivele urmărite: a) **integrală,** ţintind spre surprinderea tuturor sau a cât mai multor manifestări de conduită; b) **selectivă,** întrucât se concentrează doar asupra unei singure conduite. ***(Popescu-Neveanu, 1991)***

Ca orice metodă de cercetare viabilă, şi **observaţia** are avantaje şi dezavantaje în aplicare. Astfel, există situaţii, momente, limite, în care ea nu constituie cea mai bună alegere făcută, fiind necesară regăsirea obiectivului şi alegerea altei metode de lucru.

De aceea este necesar ca un bun practician să ştie care sunt argumentele **pro** şi **contra** metodei observaţiei care, după E. Bonchiş se prezintă astfel:

A) Avantajele observaţiei ar fi: este o metodă mai puţin intruzivă; are caracter flexibil, permiţând o nouă perspectivă asupra unor fenomene studiate anterior; furnizează date bogate într-o perioadă scurtă de timp; are o mare validitate ecologică (datele sunt luate din viaţa reală, nu sunt schimbate cu nimic); observatorul nu lucrează cu categorii teoretice prestabilite, ci el este acela care construieşte teoriile, legând diferitele categorii relaţionale; permite accesul în fenomene care sunt şi mai puţin evidente prin alte tehnici; poate fi replicată (repetată).

B) Limitele metodei observaţiei ar fi: „dificultatea de a controla toate variabilele implicate în fenomenul investigat (există variabile perturbatoare); dacă prima verigă de cercetare (identificarea exactă a obiectivului avut în vizor) nu este bine formulată, ea poate duce la urmărirea unor aspecte irelevante sau chiar greşite; categoria de subiecţi poate fi incorect aleasă; este o metodă costisitoare financiar, şi epuizantă sub aspectul a timpului şi a personalului calificat necesar; gradul de obiectivitate este greu de controlat, înregistrările fiind influenţate de subiectivismul

evaluatorului; calitatea rezultatelor obţinute prin metoda observaţiei depinde de experienţa şi abilitatea observatorului.” ***(E. Bonchiş, 2006, p. 428)***

2.3. Metoda convorbirii

Ca metodă de cercetare, **metoda convorbirii** constă într-o discuţie aranjată, premeditată, care-şi propune obţinerea anumitor date cu privire la o anumită persoană, desfăşurându-se între cercetător şi subiectul investigat (persoana în cauză). Această **convorbire** poate fi: a) **liberă, spontană**, în care întrebările nu sunt formulate dinainte; sau b) **standardizată, dirijată**, în care avem întrebările formulate anterior, ele nemaiputând a fi modificate în timpul convorbirii.

Făcând referire la rigoarea folosirii metodei **conversaţiei**, P. Popescu-Neveanu pleacă de la faptul că aceasta presupune:

- relaţia directă, de tipul faţă către faţă, între cercetător şi subiect;
- schimbarea locului şi a rolurilor partenerilor (cel care a întrebat poate să şi răspundă, dar şi cel care a răspuns poate să şi întrebe);
- sinceritatea deplină a subiectului, evitarea răspunsurilor incomplete, de faţadă, a celor care tind a-l pune într-o lumină favorabilă, a deformărilor voluntare;
- existenţa la subiect a unei oarecare capacităţi de introspectare şi autoanaliză, evaluare şi autodezvăluire;
- abilitatea cercetătorului de a realiza o anumită motivare a subiecţilor, angajarea lor în convorbire;
- prezenţa la cercetător a unor capacităţi de tipul: grad crescut de sociabilitate, empatie

(transpunerea în stările psihice ale subiectului, postarea pe poziţiile acestuia pentru a-i intui reacţiile, a-l înţelege mai bine) etc. ***(P. Popescu-Neveanu, 1991)***

Este interesant de observat faptul că metoda convorbirii este cea care permite **sondarea directă a vieţii interioare a subiectului**, a intenţiilor ce stau la baza comportamentului, a opiniilor, atitudinilor, intereselor, convingerilor, aspiraţiilor, conflictelor, prejudecăţilor şi mentalităţilor, sentimentelor şi valorilor celui investigat.

A. Cosmovici subliniază faptul că o preocupare constantă în momentul folosirii acestei metode trebuie să fie **menţinerea interesului subiectului**, a colaborării sale, fapt ce impune o urmărire a subiectului cu atenţie, aprobându-l din când în când, o apreciere verbală a sincerităţii interlocutorului, având totodată precauţia de a nu-l critica, deoarece s-ar putea declanşa imediat reacţia de apărare.

În acelaşi context, o atenţie deosebită trebuie s-o acordăm „**înlăturării tuturor factorilor stresori ce pot interveni în perimetrul comunicării cu subiectul**, începând în unele cazuri cu eliminarea elementelor de emotivitate. Astfel, nu vom „ataca direct” problema în cauză ci, la începutul convorbirii, vom plasa discuţia în jurul unor fapte ori date mai puţin importante, urmând ca „esenţa” să intervină mai târziu, când interlocutorul se va fi acomodat deja cu situaţia creată.” ***(A. Cosmovici, 1996, p. 25)***

O atenţie sporită din partea noastră trebuie conferită faptului de a nu sugestiona răspunsurile subiectului prin felul în care am formulat întrebările, deoarece, în asemenea situaţii, validitatea ca metodă de cercetare ştiinţifică este compromisă. Datorită faptului că răspunsurile subiectului trebuie înregistrate sau

notate, nu toţi subiecţii doresc ca acest procedeu să fie folosit în cazul lor.

Totodată, pentru că nu ridică probleme, interpretarea rezultatelor convorbirii nu este complicată dacă ea a fost bine pregătită şi bine realizată, deşi uneori răzbat din inconştient reflecţii ce pot fi interpretate în multiple feluri.

2.4. Metoda biografică

Având tot caracter de cunoaştere, **metoda biografică** urmăreşte dobândirea de cât mai multe informaţii despre trecutul unei persoane, despre istoria sa, dar făcând trimiteri la actualul mod de existenţă, toate fiind necesare în stabilirea şi realizarea profilului de personalitate a subiectului în cauză. La nivel medical, vorbim despre **anamneză** ca modalitate de reconstituire a istoriei unei boli.

Metoda biografică pleacă în primul rând de la studiul trecutului, fiindcă „în primii ani ai vieţii, în familie, se pun bazele caracterului şi ale personalităţii unui om. Aici găsim cauzele primare ale comportamentului din perioada matură; firul vieţii psihice concrete, desfăşurat de-a lungul anilor, ne dezvăluie motivele, interesele şi aspiraţiile reale. Apoi, examinând modul concret de reacţie al cuiva în condiţiile vieţii obişnuite, ajungem la o imagine corectă asupra specificului său, nedistorsionat de ambianţa artificială a unui examen psihologic.” ***(A. Cosmovici, 1996, p. 26)***

În cadrul aplicării acestei metode, sarcina noastră principală este aceea de obţinere a **informaţiei**, făcută fie **direct** (prin discuţia avută cu persoana în cauză), fie **indirect** (graţie discuţiilor ce se vor purta cu

alte persoane care deţin, la rândul lor, informaţii utile nouă, despre subiectul aflat în studiu).

Totodată, **metoda biografică** compartimentează două secvenţe, şi anume: a) **culegerea datelor** (ce presupune, de fapt, „locul de întâlnire” al mai multor metode specifice, cum ar fi: convorbirea, analiza unor documente privind persoana în cauză, analiza unor produse realizate) şi b) **interpretarea datelor culese** (proces destul de dificil, foarte important mai ales în cadrul anamnezei, deoarece precizează în timp o serie de situaţii şi relaţii care sunt definitorii în formarea personalităţii, cu precădere a caracterului).

Nu lipsit de importanţă este modul de abordare a **istoriei vieţii** ca variantă a metodei biografice. Metoda se bazează pe existenţa unei interacţiuni între modul în care o persoană îşi înţelege propria viaţă şi realitate. „Istoria de viaţă” subliniază gândurile, sentimentele, interacţiunile sociale, atitudinile, concepţia despre lume şi viaţă a persoanei. Această metodă este utilă şi în înţelegerea bolii de către pacient, dând acestuia impresia unui control asupra ei. Totodată, metoda are şi o valoare terapeutică, permiţând menţinerea imaginii identităţii personale, dar şi reconstruirea acesteia. ***(A. Băban, 2002)***

În schimb, **metoda biografică,** deşi prezintă avantajul autenticităţii datelor, nu poate elimina riscul deformării, al relatării incomplete.

Metoda aceasta are evidente similitudini cu practica spovedaniei din confesiunile ortodoxă şi catolică. Ritualul spovedaniei (sau al „confesiunii”, cum se mai numeşte) presupune o mărturisire deliberată a propriului trecut, cu accent pe evenimentele care „apasă sufletul”, făcute de un credincios în faţa preotului, ca „reprezentant” al lui Dumnezeu.

Cunoaşterea acestei metode de investigaţie psihologică de către preot îl poate ajuta pe acesta spre a

„fotografia" cu mai multă competenţă, fidelitate şi sensibilitate fiecare caz în parte, reuşind apoi să intuiască mai bine soluţiile terapeutice ideale pentru detensionarea emotivă a credinciosului. Astfel va fi şi mai mult facilitată acţiunea binefăcătoare a harului divin, credinciosul dobândind relaxarea pe care a urmărit-o atunci când a solicitat săvârşirea respectivului sacrament („Taină").

2.5. Metoda analizei produselor activităţii

Bazată pe analiza unor produse concrete ale subiectului (literare, artistice, muzicale etc.), **metoda** în sine furnizează, din punct de vedere psihologic, foarte multe informaţii despre însuşirile psihice ale persoanei în cauză. P. Popescu-Neveanu menţiona faptul că produsul activităţii, „desprins" de individ, devine obiect de investigaţie psihologică, fapt care ajută la caracterizarea creatorului său. ***(P. Neveanu-Popescu, 1991)***

De asemenea, potrivit lui E. Lupşa şi V. Bratu, „**metoda analizei produselor activităţii** utilizează criterii ca: a) numărul sau cantitatea totală de produse; b) distribuţia şi frecvenţa în unitatea de timp considerată; c) originalitatea şi complexitatea; d) noutatea; e) valoarea şi utilitatea, ea permiţând dezvăluirea structurii interne a aptitudinilor şi formularea de idei şi legităţi cu caracter ştiinţific general pentru psihicul uman." ***(E. Lupşa – V. Bratu, 2005, p. 9)***

2.6. Studiul de caz

Referitor la **studiul de caz**, ne vom opri asupra definiţiei lui R. Yin, care-l defineşte drept **o investigaţie empirică** prin care se studiază un fenomen contemporan în contextul său din viaţa reală, în special atunci când

graniţele dintre fenomen şi context nu sunt bine delimitate.

R. Yin vorbeşte despre existenţa a şase surse majore pentru dovezi: 1) **documentele** (scrisori, memoriale, programe, anunţuri, procese-verbale, rapoarte scrise, documente administrative, articole din mass-media etc.); 2) **datele de arhivă** (registre, documente organizaţionale, hărţi, grafice, liste de nume, date de sondaj, documente personale); 3) **interviurile;** 4) **observaţia directă;** 5) **observaţia participativă;** 6) **artefactele fizice sau culturale** (dispozitiv tehnologic, instrument, operă de artă etc.); ***(R. Yin, 2005)***

Prin structura sa, studiul de caz face prezentarea unui caz particular, de aceea, **protocolul** întocmirii sale, cuprinde, potrivit lui E. Bonchiş: a) o prezentare de ansamblu a proiectului de studiu (obiective, subiecte de studiu şi lecturi relevante); b) proceduri de teren (prezentarea scrisorilor de recomandare, accesul la locaţii, surse generale de informare); c) întrebările de studiu (pe care cercetătorul trebuie să le aibă constant în vedere în timp ce adună informaţiile); d) un ghid pentru raportul studiului de caz (linii generale, formatul pentru date, folosirea şi prezentarea altor documente şi informaţii bibliografice). ***(E. Bonchiş, 2006, p. 432)***

Studiul de caz este benefic atunci când se pot surprinde sub o formă sau alta anumite evenimente sau fenomene contemporane, implicând o analiză conceptuală. **Situaţia** este „momentul” în care se dezvoltă, în complexitatea sa, **studiul de caz**.

E. Bonchiş îi reproşează acestei metode de investigare psihologică lipsa de rigoare, faptul că oferă o bază insuficientă pentru generalizare, întinderea mare în timp şi finalizarea prin documente voluminoase.

Capitolul 3

Cunoaşterea personalităţii umane

3.1. Personalitatea umană – concept structural
3.2. Aspecte ale tipologiei umane
3.3. Particularităţile de vârstă. Identităţi

3.1. Personalitatea umană – concept structural

În *Dicţionarul de Psihologie,* Popescu-Neveanu defineşte **personalitatea** ca pe un microsistem al invarianţilor informaţionali şi operaţionali care se exprimă constant în conduită şi sunt definitorii sau caracteristici pentru subiectul văzut ca o unitate bio-psiho-socio-culturală, purtător al funcţiilor epistemice, pragmatice şi axiologice.

Dicţionarul de Psihologie (Larousse – N. Sillamy, 1996), consideră **personalitatea elementul stabil al conduitei unei persoane,** ceea ce o caracterizează şi o diferenţiază de o altă persoană.

Personalitatea, care este întotdeauna unică şi originală, poate fi definită numai în funcţie de: apartenenţa la speţa umană; calitatea ei de fiinţă socială şi, deci, de membru al societăţii; calitatea de fiinţă conştientă dotată cu gândire şi voinţă; participarea la cultură, dotarea cu valori şi orientarea după aceste valori; potenţialul creativităţii, astfel încât să se raporteze la un sistem bio-psiho-socio-cultural bine constituit.

În viziunea lui Al. Roşca **personalitatea** reprezintă îmbinarea non-repetitivă a însuşirilor psihice care caracterizează mai pregnant şi cu un mai mare grad de stabilitate omul concret şi modalităţile sale de conduită,

astfel încât ea se identifică cu subiectul uman concret, ca obiect al acţiunii cunoaşterii şi valorizării propriei fiinţe şi a mediului în care trăieşte. ***(Al. Roşca, 1976)***

Privind terminologia ce desemnează fiinţa umană în integralitatea sa, este necesar să subliniem faptul că alături de **personalitate** apar termeni ca: a) **individ** (unitate distinctă a unei specii); b) **individualitate** (ansamblul particularităţilor proprii unui individ, care îl deosebeşte de ceilalţi indivizi); c) **persoană** (concept plurivalent care desemnează natura umană într-o concretizare specială; în teologie conceptul este opus celui de „individ", caracterizându-se în special prin prezenţa vocaţiei spre comuniune, spre inter-relaţionare pozitivă).

Continuând periplul conceptual al **personalităţii**, G. W. Allport ajunge a o denumi drept „organizarea dinamică în cadrul individului a acelor sisteme psiho-fizice care determină gândirea şi comportamentul său caracteristic", menţionând la un moment dat că „toată lumea ştie ce este personalitatea, dar nimeni nu poate să o descrie".

Astfel, G. W. Allport grupează definiţiile personalităţii în „**definiţii prin efectul extern (1),** potrivit cărora personalitatea este **suma totală a efectului produs de un individ asupra societăţii** („ce cred alţii despre tine") şi **definiţii prin structura internă (2)** (care privesc personalitatea ca o entitate obiectivă, cu propria sa istorie şi propria sa existenţă)." ***(G. W. Allport, 1981, p. 94)***

Cuprinzătoare este definiţia dată de Y. Benito **personalităţii**, care consideră că termenul face referire la organizarea relativ stabilă a acelor caracteristici structurale şi funcţionale, înnăscute şi dobândite prin condiţii speciale ale dezvoltării, ce **adaptează**

comportamentul fiecărui individ în diferite situaţii. ***(Y. Benito, 2003)***

Acesteia i se adaugă o nouă şi pertinentă definiţie, potrivit căreia **personalitatea** este „un sistem structurat şi ierarhizat, dinamic şi evolutiv, constituit dintr-o serie de subsisteme (biologic, psihic, socio-cultural), care asigură individului o adaptare unică, originală, la mediu. Fiind un **macro-sistem**, personalitatea capătă caracteristici distincte derivate din abordarea sistemică: autoorganizare, emergenţă, reorganizare, tranziţie, reactivitate, stabilitate etc.” ***(E. Bonchiş – S. Trip – M. Drugaş – C. Dindelegan, 2006, p. 11)***

J. Piaget J vorbeşte despre trei însuşiri ale structurii personalităţii: **totalitatea** (nici un fapt psihic nu poate fi descris ca străin sau petrecându-se în afara personalităţii); **transformarea** (personalitatea este într-o continuă şi necesară transformare); **reglajul** (personalitatea este supusă în permanenţă unei continue determinări exterioare). ***(J. Piaget, 1971)***

Inevitabil vom ajunge la S. Freud care, prin modelul său psihanalitic, reprezintă şi astăzi un punct de referinţă în cunoaşterea personalităţii umane. El a constatat că psihicul uman are o organizare etajată (inconştient – preconştient – conştient), definind: 1) **inconştientul** ca nivelul cel mai profund al psihicului, neaccesibil direct, constituind totodată sediul instinctelor sexuale, al agresivităţii şi dorinţelor şi actelor refulate etc.); 2) **preconştientul** (sediul deprinderilor date şi al informaţiilor care, deşi nu sunt conştiente, pot fi activate la un moment dat, în funcţie de necesităţile concrete); 3) **conştientul** (suprafaţa psihicului nostru constituit dintr-un flux continuu de informaţii şi trăiri emoţionale, având un rol important în modul specific de a fi al fiinţei umane).

Practic, cele trei niveluri ale psihicului uman, vor deveni, mult mai târziu, tot în viziunea lui Freud, cele trei **instanţe ale psihicului uman: Sine – Eu – Supraeu** sau **Id-ul – Eul – Supereul** (**Id-ul** = tendinţele instinctive, nevoile şi emoţiile; **Eu-l** = contactul cu lumea externă; **Supra-eul** = cel care interiorizează normele etico-morale).

Pentru G. Ionescu aceste trei instanţe ale personalităţii, deşi au funcţii proprii, principii operante şi mecanisme particulare, cel puţin în situaţii normale nu acţionează divergent şi dezorganizat, ci într-o interdependenţă şi completare funcţională dialectică, în virtutea aceluiaşi deziderat adecvat-adaptativ al persoanei umane. ***(G. Ionescu, 1973)***

1) **Id-ul**, aşa cum menţiona însuşi Freud, este „o realitate psihică adecvată” care nu are însă conştiinţa realităţii obiective, fiind şi rezervorul energiei psihice, exponent al lumii interioare şi al experienţei subiective, are rolul de a reduce tensiunea, asigurând astfel echilibrul, liniştea şi persistenţa organismului;

2) **Ego-ul** operează cu ajutorul procesului secundar întruchipat de gândirea realistă, având în subordinea sa funcţiile mentale, cognitive şi intelectuale. El este **executorul personalităţii** întrucât detectează căile de acţiune, cercetează posibilităţile ambianţei, testează modalităţile de răspuns, apreciază gradul şi maniera în care tendinţele instinctiv-hedoniste ale individului vor fi îndeplinite;

3) **Superego-ul** constituie expresia existenţei individului în mediul social, fiind purtătorul normelor etico-morale şi al regulilor de convieţuire socială, avându-şi originea tot în Id, dar dezvoltându-se în interrelaţia ocazionată de experienţele Ego-ului în cadrul personalităţii.

Superego-ul călăuzeşte insul pe **căile lipsite de pericole şi surprize ale circumspecţiei şi prudenţei.** Armă morală a personalităţii, el reprezintă mai degrabă idealul decât realul şi, în virtutea acestui fapt, el caută să încorporeze insului, modele, „ideile" din realitate, prin mecanismul de „introiecţie”. Prin rolul şi statutul său bine definit, Superego-ul refulează impulsurile Id-ului, atunci când acestea sunt de natură instinctivo-afectivă sau agresivă, obligă Ego-ul la substituţia scopurilor realiste, a scopurilor moraliste şi împinge Ego-ul spre perfecţiune şi sublim.

Constantin Rădulescu-Motru sesiza: „**Personalitatea** se cristalizează în jurul Eu-lui, dar în afară de Eu există şi alte elemente sufleteşti. Eu-l este licărirea de fulgere care dezvăluie încotro merge anticiparea sufletului. Personalitatea este maşinăria solidă care mijeşte realizarea anticipaţiei. Eu-l trăieşte în clipita actualităţii, personalitatea sub arcada trecutului. Unul este momentul, celălalt este vectorul forţei”. ***(Constantin Rădulescu Motru, 1994)***

Sfera semantică complexă a conceptului de „personalitate umană” ne permite să vorbim de tipologie, de caracter şi trăsături de caracter, de aptitudine şi creativitate etc. În demersul nostru cognitiv vom puncta **caracterul**, definit de P. Popescu-Neveanu astfel: a) **în sens larg,** ca un mod de a fi, un ansamblu de particularităţi psiho-individuale ce apar ca trăsături ale unui „portret” psihic global; b) **în sens restrâns şi specific,** el reuneşte însuşiri sau particularităţi privind relaţiile pe care le întreţine subiectul cu lumea şi cu valorile după care el se călăuzeşte, fiind un subsistem relaţional-valoric şi de autoreglaj. ***(P. Popescu-Neveanu, 1991, p. 33)***

Concis, **caracterul** este o formaţiune superioară la structurarea căruia contribuie trebuinţele umane,

motivele, sentimentele superioare, convingerile morale, aspiraţiile şi idealul, în ultimă instanţă, concepţia despre lume şi viaţă a acestuia. În acest context, **trăsăturile de caracter** reprezintă poziţii ale subiectului faţă de cei din jur, un mod de a se raporta la oameni şi la evenimentele existenţei sale în lume, ele conturând portretul psiho-moral al persoanei.

Trăsătura de caracter

Referindu-se la **trăsătură**, M. Hansenne enumeră şapte dintre cerinţele de bază ale acesteia: 1. să fie clar definită; 2. să fie mai mult decât o habitudine; 3. să fie observabilă; 4. existenţa ei să poată fi demonstrată empiric; 5. să interacţioneze cu alte trăsături; 6. să fie distribuită normal într-o populaţie; 7. să asigure consistenţă comportamentului unei persoane. ***(M. Hansenne, 2003)***

Toate acestea converg spre ceea ce subliniază E. Bonchiş, M. Drugaş, S. Trip, C. Dindelegan, referitor la **trăsăturile** şi **atitudinile** care alcătuiesc **caracterul**: 1. se manifestă relativ constant; 2. sunt stabilizate, generalizate; 3. includ elemente cognitive, volitive, afective, acestea din urmă conferindu-le şi caracteristica bipolarităţii (pozitive-negative); 4. sunt asociate cu aprecieri, valori; 5. se formează de-a lungul întregii vieţi, fiind puternic influenţate de învăţare, de experienţă individuală, de modele culturale etc.; sunt organizate ierarhic în trăsături-atitudini supra şi subordonate.

Este necesară „nuanţarea clară a distincţiei dintre o **trăsătură de caracter** şi o **atitudine**, aceasta din urmă fiind o modalitate de raportare la o clasă generală de obiecte sau fenomene, prin care persoana se orientează subiectiv şi se autoreglează preferenţial.” ***(E. Bonchiş – M. Drugaş – S. Trip – C. Dindelegan, 2006, p. 169)***

Remarcăm în acelaşi segment al identificării corecte a caracterului, **portretul caracterial** realizat de E. Lupşa şi V. Bratu, care presupune precizarea unor **caracteristici** precum:

1) **unitatea caracterului** = se referă la faptul de a nu modifica, în mod esenţial, conduita, din motive de circumstanţe;

2) **expresivitatea caracterului** = se referă la nota specifică pe care i-o imprimă trăsăturile dominante;

3) **originalitatea caracterului** = se referă la coerenţa lăuntrică ce rezultă din modul unic de armonizare a trăsăturilor cardinale cu cele principale şi cele secundare;

4) **bogăţia caracterului** = este dată de multitudinea relaţiilor pe care persoana le stabileşte cu semenii;

5) **statornicia caracterului** = se referă la manifestarea constantă în conduită a trăsăturilor caracteristice;

6) **plasticitatea caracterului** = capacitatea de restructurare, de evoluţie în raport cu noile cerinţe;

7) **tăria de caracter** = forţa cu care sistemul caracterial îşi apără unicitatea.

Caracterul fiind expresia esenţializată a întregului sistem al personalităţii va reuşi să influenţeze „întreg conglomeratul”, dând sau oferind un **sens** sau altul acţiunilor noastre, de-a lungul întregii vieţi. ***(E. Lupşa – V. Bratu, 2005, p. 74)***

3.2. Aspecte ale tipologiei umane

După N. Sillamy, **tipologia** reprezintă studiul caracterelor fizice şi mentale ale fiinţelor umane, clasate într-un anumit număr de tipuri. Există astfel tipologii care se bazează pe: a) studiul organizării specifice

corpului, utilizând măsurătorile morfologice şi datele fiziologice; b) conduite şi atitudini faţă de lume.

O altă tipologie ia în evidenţă 1) **Planul valorilor socio-culturale** (cei care caută puterea politică şi economică; cei pasionaţi de idei; cei ce se devotează semenilor; cei ce vor să unifice lumea şi pe oameni); 2) **Planul politic** (tipul radical, care doreşte schimbarea sistemelor stabilite; tipul conservator); 3) **Planul medical** (hiper-activii (tipul A) întotdeauna zoriţi, nerăbdători, ambiţioşi; placizii (tipul B), destinşi, aşezaţi). ***(N. Sillamy, 2006)***

Enumerarea tipologică având **un anumit punct caracteristic** nu este nicidecum exhaustivă. Astfel, cea mai „vehiculată" tipologie vizează compartimentul dinamico-energetic, adică **temperamentul**, cu caracter înnăscut, care structurează din punct de vedere formal conduita umană şi care reprezintă o sinteză a diferitelor grupuri ale: **forţei, mobilităţii** şi **echilibrului**;

Forţa (1) reprezintă energia, capacitatea de lucru şi surprinde: a) **tipul puternic** (care suportă tensiunea psihică, este ferm, stăpân pe sine, energic în executarea acţiunilor) şi b) **tipul slab** (care nu rezistă la efort, uneori este temător, nesigur, irascibil, sensibil, emotiv).

Mobilitatea (2) vizează rapiditatea de înlocuire reciprocă a excitaţiei cu inhibiţia şi surprinde: a) **tipul mobil** (care trece uşor de la o formă de lucru la alta, îşi formează rapid noile deprinderi, le modifică şi le înlocuieşte pe cele vechi, ia decizii rapide, are iniţiativă; b) **tipul inert** (care suportă greu variaţiile în succesiunea activităţilor, schimbărilor şi vitezelor mari, surprizele, îşi formează greu noile deprinderi, mişcările îi sunt lente; preferă activităţi tipice şi fără variabilitate).

Echilibrul (3) se produce între excitaţie şi inhibiţie şi reprezintă cantitatea de energie mobilizată:

a) **de tipul excitat** (neechilibrat, cu energie tumultuoasă, agresiv, irascibil, nechibzuit); b) de **tipul normal** (mişcări proporţionale cu solicitările, directe şi suficient de rapide, vorbire echilibrată şi expresivă); c) **tipul inhibat** (se concentrează greu, oboseşte repede, învaţă încet).

Pornind de la aceste considerente, putem (pe urmele lui Hipocrate), delimita cele patru tipuri temperamentale astfel:

1) **Coleric = puternic – mobil - neechilibrat** (se caracterizează prin reacţii emoţionale puternice şi reactivitate motorie accentuată; este impulsiv şi uneori chiar violent, agresiv; face risipă de energie, reuşind însă să-şi dovedească rapid capacităţile; este inconstant în relaţiile cu ceilalţi; se exprimă puţin obiectiv, având înclinaţii spre exagerare);

2) **Sangvinic = puternic – mobil - echilibrat** (este vioi, vesel, bine dispus; trece rapid de la o trăire afectivă la alta; se adaptează rapid, reuşind să se stăpânească relativ uşor, ceea ce îi permite stabilirea rapidă de relaţii sociale; se caracterizează printr-o abundenţă a expresiei verbale, fiind o fire comunicativă; ia uşor decizii, simţind nevoia variaţiei situaţiilor).

3) **Flegmatic = puternic – inert - echilibrat** (este calm, imperturbabil, chiar lent; se caracterizează prin echilibru emoţional, fiind puţin reactiv din acest punct de vedere, dar cu sentimente durabile; excelează în răbdare şi toleranţă; se adaptează mai greu şi trece cu o oarecare dificultate de la o activitate la alta; este meticulos, înclinat spre rutină);

4) **Melancolic = slab – mobil / inert - neechilibrat** (este emotiv şi sensibil, având dificultăţi de adaptare; are o capacitate de lucru redusă, dar obţine un randament progresiv; este înclinat spre reverie şi interiorizare; e puternic afectat de insuccese;

compensează insuccesele prin închidere în sine; este capabil de activităţi de migală).

I. P. Pavlov stabileşte, pe baza studiilor de laborator, existenţa unei **corespondenţe între tipurile de activitate nervoasă inferioară şi tipurile temperamentale**:

1) tipul puternic, neechilibrat, excitabil = **colericul**

2) tipul puternic, echilibrat, mobil = **sangvinicul**

3) tipul puternic, echilibrat, lent **= flegmaticul**

4) tipul slab = **melancolicul**

C. G. Jung porneşte de la contradicţii bipolare (de tipul: zi-noapte, flux-reflux, naştere-moarte, inspiraţie-expiraţie) pentru a ajunge să distingă:

a) **tipul extravertit** = orientat spre exterior, spre cunoaşterea lumii externe, evitând singurătatea; este sociabil, agreat de comunitate, animator, cu mari calităţi de lider;

b) **tipul introvertit** = inapt pentru dezvoltarea unor relaţii sociale, slab adaptat la realitate, evitând lumea, complăcându-se în singurătate; este uneori egoist şi bizar, găsind în sine ceea ce extrovertitul găseşte în ceilalţi;

Există şi o tipologie în funcţie de **rezonanţa afectivă**: a) **tipul extra-tensiv** (caracterizat printr-o extraordinară facilitate de realizare a unei legături interpersonale, dar şi prin labilitate, instabilitate, renunţare); b) **tipul intro-tensiv** (se caracterizează printr-o oarecare rigiditate, fermitate, discreţie); c) **tipul coartat** (retractat, cu o slabă energie instinctivă); d) **tipul ambiegal** (fire ambivalentă).

O altă tipologie temperamentală se coagulează în jurul altor parametri: a) **emotivitatea** (reacţiile de ordin afectiv; unele persoane sunt emotive, altele non-emotive); b) **activismul** (predispoziţia unor persoane

spre acţiune, în timp ce altele renunţă cu uşurinţă); c) **ecoul** („amprenta" pe care evenimentul de viaţă o lasă asupra unor persoane. Unele se caracterizează prin **primaritate**, respectiv preocupare pentru prezent, superficialitate, optimism, ceea ce denotă un ecou slab asupra lor al evenimentelor negative, şi **secundaritate**, respectiv persoane la care evenimentele au un ecou puternic, influenţând aproape paralizant prezentul şi viitorul).

Astfel, pe baza acestor parametri,identificăm opt tipuri de temperamente:

1) **pasionaţii** = emotivitate – activism - secundaritate;

2) **colericii** = emotivitate - activism - primaritate;

3) **sentimentalii =** emotivitate - non-activism - secundaritate;

4) **nervoşii** = emotivitate - non-activism - primaritate;

5) **flegmaticii** = nonemotivi – activism - secundaritate;

6) **sangvinicii** = non-emotivi-activism-primaritate;

7) **apaticii** = non-emotivi - non-activism - secundaritate;

8) **amorfii** = non-emotivi - non-activism - primaritate;

O altă tipologie este cea realizată în funcţie de **stilul cognitiv,** care clasifică oamenii în **adaptativi** şi **inovativi**. Această clasificare se referă la stilul cognitiv implicat în **creativitate** (generarea noului), **rezolvarea problemelor** (soluţionarea noului) şi **adoptarea deciziei.** Astfel,

a) **Adaptativul** realizează progresul, schimbarea; păstrează paradigma, consolidând-o îmbunătăţind-o; se mişcă doar în interiorul paradigmei

(*status-quo*-ul existent, acceptat, verificat); se angajează pentru perfecţionarea datelor existente („a proceda mai bine"); în caz de nevoie, adoptă din mers paradigma; este eficient în situaţiile de stabilitate; nu optează întotdeauna pentru o transformare capitală şi simulată; realizează schimbarea prin evoluţie;

b) **Inovatorul** atacă paradigma, restructurând-o, înlocuind-o sau chiar părăsind-o, pentru a face alte incursiuni; obsesia lui este de „a proceda altfel"; este abil în utilizarea normelor existente, dar preferă să le sfarme; practică o schimbare de tip „revoluţie".

Din perspectiva **atitudinii faţă de problema** primită spre rezolvare:

a) **Adaptativii** preferă situaţii bine stabilite şi structurate, fiind preocupaţi de rezolvarea problemei; au tendinţa să accepte problema aşa cum le este prezentată; preferă să avanseze puţine idei de rezolvare; ideile lor sunt rezonabil ancorate în realitate, fără riscuri, dar cu eficienţă imediată şi eficientă; se bucură de încrederea colectivului; sunt excelenţi în includerea de noi date sau evenimente în structurile deja existente; rezolvă problema prin îmbunătăţiri şi eficienţă sporită.

b) **Inovativii** redefinesc situaţiile ambigue, instabile, mai puţin structurate; sunt descoperitori de probleme; fac risipă de variante la o problemă; ideile lor sunt mai puţin bizare, dar inacceptabile şi au bătaie lungă; nu se bucură de încrederea colectivului; dacă ideea dă greş, opinia publică are sentimentul că acest lucru era previzibil; stabilesc noi structuri sau strategii; fac saltul direct la soluţii.

Diferenţele preponderent **structurate** de personalitate relevă:

a) **Adaptativii,** ca oameni de o mare eficienţă, se definesc prin: precizie, exactitate, soliditate, prudenţă, spirit metodic, disciplină, conformitate, logici

normative; ei acceptă regulamentele, sunt dependenţi de ele şi inspiră încredere; în colaborare cu inovativii conferă stabilitate, ordine, continuitate, coeziune şi cooperare în grup, fiind în general sensibili la ceilalţi oameni.

b) **Inovativii** sunt mai puţin eficienţi, dar mai originali. Sunt indisciplinaţi, abrazivi, surse de dezacorduri, schimbă regulile, sunt ilogici, nepractici, având respect redus pentru tradiţie. Îi şochează pe oponenţi, sunt capabili de muncă de rutină şi de detaliu foarte scurt timp; nu acordă atenţie opiniei unanime a grupului. În colaborare cu adaptativii, reprezintă factorul dinamic în momentele periodice de schimbare radicală.

Percepţia reciprocă adaptativi – inovativi

Adaptativii sunt consideraţi de inovativi ca: stabili, conformişti, prudenţi, previzibili, inflexibili, păstrători ai sistemului şi intoleranţi faţă de situaţii ambigue, pe când **inovativii** sunt văzuţi de adaptativi ca: plini de farmec, impresionanţi, nestabili, fără spirit practic, asumându-şi riscuri, incomozi, persoane care perturbă sistemul existent şi creează dezacorduri.

Iată câţiva factori de referinţă în **stilul cognitiv adaptativ – inovativ:** intro/extro-versiunea (inovativii sunt îndeobşte extrovertiţi); controlul impulsului (mai prezenţi la adaptativi); nevoia de structură (adaptativi); asumarea riscului (inovativi); căutarea de senzaţii (inovativi); sexul (bărbaţii sunt oarecum mai inovativi);

Conchidem împreună cu M. Zlate că, dintre toate dimensiunile personalităţii, **temperamentul** este cel mai uşor de observat, de identificat şi de „cuantificat". Dacă îl raportăm la celelalte dimensiuni ale personalităţii, la aptitudini şi la caracter, temperamentul exprimă mai degrabă **forma vieţii psihice şi nu conţinutul acesteia**, el

reprezentând modul de a fi, de a se comporta al cuiva, sub aspect valoric fiind nespecific pentru personalitate. ***(M. Zlate, 2000)***

3.3. Particularităţile de vârstă

Înainte de a intra în specificul particularităţilor de vârstă este necesar să amintim de principalii factori ai dezvoltării, operând delimitările între **ontogeneză** (totalitatea schimbărilor sistemice, bio-psiho-sociale, intra-individuale, care au loc pe parcursul vieţii unui om) şi **psihogeneză** (cadrul socio-cultural în care sunt rezumate, selectate şi condensate rezultatele întregii dezvoltări filogenetice).

Principalii factori **ai dezvoltării genetice** sunt: **ereditatea, mediul şi educaţia**. Astfel, după E. Lupşa şi V. Bratu:

1) **Ereditatea** este însuşirea fundamentală a materiei vii de a transmite, de la o generaţie la alta, **mesaje cu specificitate**, sub forma codului genetic. În planul dezvoltării psihice ea apare ca un **complex de predispoziţii şi potenţialităţi** şi nu ca un inventar de capacităţi şi trăsături deja formate. Ereditatea **constituie premisa biologică a dezvoltării**. Obiectivarea ei are caracter probabilist şi oferă individului o şansă (ereditate normală) sau o neşansă (ereditate ratată).

2) **Mediul** este constituit din totalitatea elementelor cu care individul interacţionează, direct sau indirect, în procesul devenirii sale. Mediul are o structură complexă ce include o mulţime de aspecte, de la elementele mediului natural şi până la cele ale mediului social imediat. Ca factor ce stimulează potenţialul ereditar, acţiunea mediului poate fi în egală măsură, favorabilă dezvoltării, dar şi o frână sau chiar un blocaj.

3) **Educaţia** se defineşte ca „activitate specializată, specific umană, care mijloceşte şi susţine, în mod conştient, dezvoltarea, intenţionalitatea şi acţiunea sistemică în cunoştinţă de cauză." ***(E. Lupşa – V. Bratu, 2005, p. 78)***

Evoluţia individului până la un anumit punct, dar mai ales modul de exprimare cognitivă, pot determina atât „împărţirea" ciclului vieţii (de la naştere şi până la moarte), cât şi particularităţile de vârstă caracteristice perioadei, la un moment dat. Dar, înainte de a trata particularităţile de vârstă ale individului, e necesar să facem o precizare privind **vârsta**:

a) Vârsta **cronologică** este privită ca o constantă variabilă, relativ egalitară, pentru toate persoanele născute la aceeaşi dată;

b) Vârsta **psihologică** nu se referă atât la complexitatea personalităţii, cât la stratificarea de conduite adaptative care permit forme ascendente de adaptare şi de aport social.

Pentru a analiza particularităţile de vârstă trebuie să avem în vedere **criteriile** ce stabilesc **stadiile de dezvoltare** ale personalităţii: 1. activitatea dominantă desfăşurată; 2. sistemul de relaţii socio-culturale; 3. structurile psihice specifice.

Punctul de la care pornim îl constituie, în viziunea lui U. Şchiopu şi E. Verza, existenţa a trei mari cicluri ale vieţii, după cum urmează:

a) **Ciclul de creştere şi dezvoltare** din primii 20 de ani de viaţă, ciclu care cuprinde la rândul lui sub-stadii specifice;

b) **Ciclul adult** ce prelungeşte dezvoltarea psihologică a omului extinzându-se până la 65 de ani, marcând perioada în care personalitatea umană se antrenează în responsabilităţi sociale şi profesionale contribuante;

c) **Ciclul vârstelor de regresie** (al bătrâneţii), care se extinde de la 65 de ani până la moarte, timp în care se delimitează perioadele ce duc până la regresia finală, cunoscut şi ca ciclul terminal; ***(U. Şchiopu – E. Verza, 1995)***

Cea mai cunoscută clasificare a ciclului vieţii porneşte de la următoarele **stadii**: **1. perioada infantilă (**0-1 an); 2. prima copilărie sau **copilăria timpurie** (1-3 ani); a doua copilărie sau **perioada preşcolară** (3-6/7 ani); a treia copilărie sau **vârsta şcolară mică (**6/7-10/11 ani); **preadolescenţa (**10/11 ani-14/15 ani); **adolescenţa** (14/15 ani-18/19 ani); **tinereţea (**18/19 ani-30 ani); **vârsta adultă** (30-55/60 ani); **bătrâneţea** sau vârsta a treia (peste 60 de ani).

J. Piaget formulează diferenţele calitative în procesul dezvoltării cognitive (mai precis al dezvoltării proceselor gândirii), distingând patru perioade majore în dezvoltarea intelectuală: 1. **senzorio-motorie** = de la naştere până la 2 ani; 2. **preoperaţională** = de la 2 la 7 ani; 3. **perioada operaţiilor concrete** = între 7-şi 11 ani; 4. **perioada operaţiilor formale** = de la 11 ani, şi inclusiv vârsta adultă.

D. Levinson postulează o altă schemă a fazelor de dezvoltare din perioada adultă, orientându-se după patru perioade cu o durată de aproximativ 25 de ani: 1. **copilăria şi adolescenţa** (de la naştere până la 22 de ani); 2. **perioada timpurie a etapei de adult** (de la 17 la 45 de ani); 3. **perioada medie a etapei de adult** (de la 50 la 65 de ani) şi 4. **perioada adultă târzie** (după 60 de ani).

Cu siguranţă însă, cea mai folositoare clasificare, în cazul lucrării de faţă, o constituie cea a lui E. Erikson, incluzând cele opt etape ale ciclului vieţii:

1) **Primul an/încredere-neîncredere.** Este definitorie pentru instalarea la copil a stării de încredere sau dimpotrivă, de neîncredere faţă de cei din jur,

fluctuantă în funcţie de calitatea relaţiei pe care acesta o stabileşte cu propria sa mamă, în primul an de viaţă. Numai o prezenţă maternă caldă, tonică şi receptivă la trebuinţele sugarului poate inocula acestuia sentimentul confortabil şi atât de vital al optimismului şi al siguranţei de sine.

2) **Prima copilărie/autonomie-ruşine-îndoială.** Această etapă antagonică caracterizează intervalul dintre 2-3 ani, când are loc o dezvoltare apreciabilă a capacităţilor copilului. Dacă părinţii îi stimulează manifestarea unor abilităţi naturale se va schiţa la copil un sentiment de autonomie. Dimpotrivă, un cuplu parental prea protector şi inhibant, sau unul prea exigent în faţa inerentelor stângăcii ale copilului, va eroda nu numai încrederea în forţele proprii, ci vor determina apariţia la copil a îndoielii şi a ruşinii.

3) **Vârsta preşcolară/iniţiativă-vinovăţie.** Acest stadiu se extinde între 3-5 ani, când activismul şi spiritul interogativ al copilului devin debordante. În cazul în care familia sprijină dezvoltarea particularităţilor respective, se cristalizează la copil spiritul de iniţiativă. În schimb, dacă părinţii sunt prea punitivi sau reticenţi în faţa acestor manifestări, copilul va manifesta un sentiment de culpabilitate extrem de nociv.

4) **Copilăria mijlocie/activitate-inferioritate.** Este vârsta care acoperă ontogeneza (între 6-11 ani), fiind marcată de începuturile şcolarizării, un eveniment crucial pentru destinul individului. Acum, roadele activităţii şcolare devin determinante, în sensul că un şirag de eşecuri îl complexează, iar succesele îi vor dezvolta nu numai spiritul activ, ci şi spiritul competitiv.

5) **Adolescenţa/identitate-confuzie de rol**. Această etapă coincide cu adolescenţa, adică cu acea vârstă frenetică, dar destul de tulbure când, la capătul tuturor furtunilor bio-psihologice pe care le traversează,

tânărul vrea să ştie cine este cu adevărat, cine, „ce" a devenit. Aşa se explică de ce în acest stadiu criza de identitate şi confuziile de rol îl frisonează atât de frecvent.

6) **Adultul tânăr/intimitate-izolare.** Această secvenţă ontogenetică este nevoia imperioasă a individului de a pune bază unor relaţii sociale statornice, dar în acelaşi timp, de a găsi un partener autentic de sex opus, care să-i „populeze" intimitatea. În caz contrar, el se refugiază într-o soluţie apăsătoare, fără a găsi o rezolvare optimă pentru conflictul care îl devorează.

7. **Adultul mijlociu/carieră-retragere în sine.** Se referă la vârsta când individul pendulează între două alternative, cea de a trudi în contul viitorului (faţă de noua generaţie) printr-o multitudine de activităţi, sau cea a centrării pe sine. Această din urmă ipostază îi stopează evoluţia.

8. **Bătrâneţea/integritate-disperare.** Ultimul stadiu ontogenetic este însoţit de un inevitabil bilanţ existenţial. Când, la capătul inventarului retrospectiv, realizările sunt mai numeroase decât eşecurile, individul încearcă un binecuvântat sentiment de mulţumire şi seninătate. Dimpotrivă, în caz contrar, aripa regretelor târzii şi scadenţa apropiată a morţii implacabile îl cufundă în cea mai dezolantă deznădejde.

Constituie un bun îndreptar de practică compartimentarea care urmează, respectiv o evidenţiere a **particularităţilor diferitelor stadii de dezvoltare în viziunea lui** G. W. Allport ***(E. Lupşa – V. Bratu, 2005, p. 81)***

(fig. nr.1)

Stadiul	*Însuşirea caracteristică*	*Criza*	*Rezolvarea crizei*	*Factorii sociali determinanţi*	*Corolarul axiologic*
sugarul (0-1 an)	Sentimentul de încredere	încredere vs neîncredere	încredere şi optimism	mama sau substitutul matern	speranţa
prima copilărie (1-3 ani)	Sentimentul autonomiei	autonomie vs nesiguranţa	simţul autocontrolului	părinţii	voinţa
vârsta preşcolară (3-6 ani)	tendinţa de a lua iniţiative	iniţiativă vs vinovăţie	abilitatea de a-şi direcţiona activitatea, de a avea iniţiative	mediul familial	finalitatea în acţiune
vârsta şcolară mică (6-10/11 ani)	sârguinţă şi pricepere	pricepere vs sentimentul de	competenţa în domeniul intelectual, social sau al exerciţiilor fizice	şcoala şi grupul de joacă	competenţa
adolescenţa (10/11-18/19 ani)	identitatea personală	identitatea vs confuzia	integrarea diferitelor imagini ale eului într-una singură, unitară, reprezentativă	modelele şi covârstnicii	unitatea
tinereţea (18/19-30 ani)	intimitatea	intimitate vs izolare	abilitatea de a stabili relaţii durabile, de a-şi determina drumul vieţii prin asumarea de obligaţii	prietenii, relaţia de cuplu	mutualitatea afectivă
adultul (30-55/60 ani)	facultatea generatoare de creaţie	creaţie vs consum	dăruirea pentru familie, societate, tânăra generaţie	familia, profesia	responsabilitatea, devoluţiunea
bătrâneţea (55/60-…ani)	Integritate şi acceptare	acceptare vs disperare	sentimentul satisfacţiei faţă de propria viaţă şi acceptare a declinului, a morţii	pensionarea, apusul vieţii	înţelepciunea

Capitolul 4

Implicarea afectivităţii în structurile comportamentale

4.1. Procese afective primare. Trăiri şi stări interioare
4.2. Procese afective complexe. Emoţiile
4.3. Procese afective superioare.
Sentimentele şi pasiuni
4.4. Caracteristicile vieţii afective
din perspectivă pastorală

4.1. Procesele afective primare. Trăiri şi stări interioare

P. Popescu-Neveanu defineşte afectivitatea drept „**o vibraţie concomitent organică, psihică şi comportamentală**, o tensiune complexă a întregului organism, cu efecte de atracţie sau respingere, căutare sau evitare." ***(P. Popescu-Neveanu, 1991, p. 113)***

Ea este prezentă începând cu pulsaţiile inconştientului şi terminând cu realizările ultimative de conştiinţă. Tocmai de aceea este considerată componenta bazală, infrastructura psihicului, dar şi nota lui definitorie, deoarece prin **afectivitate** omul se diferenţiază profund de aşa-zisa „inteligenţă artificială" (roboţi, calculatoare etc.). Dacă raţiunea omului poate fi reprodusă „de" şi imprimată „în" calculator, **stările şi trăirile afective** vor rămâne apanajul uman specific.

Datorită unicităţii noastre, fiecare experimentăm într-o manieră unică o trăire afectivă, o emoţie, un sentiment sau o pasiune (şi gradul de implicare personală diferă de la om la om). De aici multitudinea

de interpretări şi implicaţii ala afectivităţii, chiar şi în structurile noastre comportamentale.

Procesele afective sunt primare în sensul că sunt înnăscute, spontane, cu caracter involuntar, având o condiţionare din punct de vedere biologic. Astfel, după E. Lupşa şi V. Bratu, compartimentăm:

a) **tonusul emoţional** se referă la reacţiile emoţionale care însoţesc orice act de cunoaştere (acţionează mai ales asupra senzaţiilor olfactive, auditive, oculare, kinestezice, gustative; simţim – nu simţim/ne place – nu ne place/are gust dulce – amar etc.);

b) **trăirile de natură organică** sunt determinate de funcţionarea bună sau defectuoasă a organelor interne, generând stări de confort sau disconfort fiziologic;

c) **stările afective** sunt trăirile impulsive, violente, de scurtă durată, care pot scăpa de sub controlul conştientului, cu apariţie bruscă şi desfăşurare tumultuoasă. ***(E. Lupşa – V. Bratu, 2005, p. 51)***

După A. Cosmovici, **stările afective** sunt trăiri care exprimă gradul de concordanţă sau neconcordanţă dintre un obiect sau o situaţie cu tendinţele noastre. El mai vorbeşte despre:

1) **Afectele statice** care exprimă raportul dintre noi şi lume, având un **slab efect dinamogen,** nefiind motivate de o activitate îndelungată, deşi pot provoca puternice reacţii momentane, divizându-se în: a) stări afective elementare care cuprind atât durerea cât şi plăcerea senzorială, atât agreabilul cât şi dezagreabilul; b) dispoziţiile; c) emoţiile;

2) **Afectele dinamice** constituite ca cele mai puternice şi durabile motivări ale comportamentului uman, ele fiind: a) sentimentele; b) pasiunea.

Comportamentul nostru, privit ca o consecinţă a proceselor afective primare, se concretizează în moduri

atitudinale diferite în situaţii de: furie, groază, mânie, spaimă, plâns necontrolat; **expresivitatea** este reflectată prin: mimică, pantomimică, modificări de natură organică, schimbarea vocii. Întemeiate sau nu, stările afective „construiesc” personalitatea noastră.

4.2. Procesele afective complexe. Emoţiile

Parcurgând în continuare segmentul proceselor afective complexe, vom descoperi **emoţia** ca fiind:

a) Stare afectivă de scurtă durată, care traduce un specific al relaţiilor mele cu un obiect ori o situaţie, având un caracter situaţional; ***(A. Cosmovici, 1996)***

b) Reacţie violentă, expresivă, a organismului faţă de situaţii în care nu poate da răspunsuri adaptate sau modulate; ***(A. Lieury, 1990)***

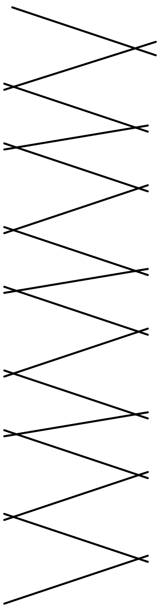
c) Eveniment sau stare din domeniul afectiv care se caracterizează printr-un ansamblu de „trăiri” psihice specifice însoţite, în mod variabil ca intensitate şi calitate, de manifestări fiziologice şi comportamentale; ***(J. Cosnier, 2002)***

Chiar dacă şirul definiţiilor ar putea continua, cert este faptul că, sub o formă sau alta, **emoţia** îşi defineşte expresivitatea printr-un rol de: 1. comunicare; 2. influenţare a conduitei altora în vederea săvârşirii unor acte; 3. autoreglare; 4. contagiune; 5. accentuare sau diminuare a însăşi stării afective, toate având implicaţii în comportamentul uman.

La nivel pastoral, emoţia îşi are **trăirea** sa deosebită deoarece, construieşte o relaţie, consolidează o stare şi certifică o atitudine.

Identificarea celor opt emoţii de bază, după R. Plutchik este grăitoare, atestând elementele de expresie comportamentală ale fiinţei umane, în anumite situaţii.

a. tristeţe
remuşcare
b. dezgust
dispreţ
c. furie
agresiune
d. anticipare
optimism
e. bucurie
iubire
f. acceptare
supărare
g. teamă
respect
h. surpriză
dezamăgire
i. tristeţe



a+b
b+c
c+d
d+e
e+f
f+g
g+h
h+i

(după E. Lupşa –V. Bratu, 2005, p. 52)

Cele opt emoţii de bază sunt: teama, surpriza, tristeţea, dezgustul, furia, anticiparea, acceptul şi bucuria care, împreună cu derivatele lor, alcătuiesc, am putea spune „un tablou seismic” ce poate contura o structură comportamentală. Anumite emoţii pot genera o întreagă gamă de mutaţii biologice.

În literatura de specialitate se vorbeşte despre existenţa a patru **emoţii-şoc** tipice: 1) **frica (teroarea);** 2) **furia;** 3) **tristeţea în forma sa acută (disperarea);** 4) **bucuria explozivă,** toate constituind o categorie aparte de stări afective, datorită intensităţii lor deosebite şi a exteriorizării lor puternice prin diferite expresii emoţionale, modificări fiziologice şi reacţii slab controlate. Ele apar când există o stare de tensiune

nervoasă acumulată şi intervine brusc o situaţie neaşteptată. ***(A. Cosmovici, 1996)***

Nuanţând, spunem că:

1) **Furia** se declanşează la ofensa repetată şi jignitoare a unei persoane care apoi se amuză;

2) **Frica, teroarea** apare în momentul existenţei bruşte a unui pericol iminent, neprevăzut şi necontrolat, expresia fiziologică fiind opusă furiei;

3) **Disperarea** se declanşează în faţa unui fapt împlinit (moartea unei persoane dragi pe neaşteptate, insuccesul la un examen) şi neputinţa de a rezolva situaţia „problemă” creată; expresia fiziologică este variată (plâns, râs, şoc);

4) **Bucuria explozivă** apare atunci când aflăm pe neaşteptate o veste bună, auzim despre un eveniment fericit, mult dorit; întregul organism reacţionează pozitiv.

În triada **emoţie-stimul-reacţie** se observă **diferite** modificări bio-psihologice. Figura nr. 3

Emoţii	**Stimuli**	**Reacţii**
Plăcere	stimuli apetitivi	satisfacţie
Mânie	frustrare, agresiune	luptă
Frică	durere, pericol de distrugere	fugă, imobilizare
Disperare	pierderea contactului social	vaiete, plânsete

Interpretarea „biologică” a emoţiilor

1) **Plăcerea** (dorinţa sau bucuria) este compusă, înglobând ceea ce fiziologii numesc „motivaţii apetitive” (căutarea hranei, a unui partener sexual etc.), care ar corespunde nevoilor hedoniste (în formulare filosofică), respectiv căutarea plăcerii;

2) **Mânia** declanşează în anumite condiţii o stare violentă extremă, numită „furie”, dar care, estompată, se transformă în agresivitate;

3) **Frica** (angoasa) se poate datora unei dureri sau/şi pericolului distrugerii, dar, în multe cazuri (anxietatea) generează tulburări comportamentale sau mentale cu impact de durată asupra personalităţii umane;

4) **Disperarea** (tristeţea acută) are uneori cauze sociale, fiind provocată de lipsa contactului social, sau având legătură intrinsecă cu dependenţa de droguri.

Interpretarea biologică a emoţiilor are importanţa sa în lectura realităţii. Emoţiile influenţează mai mult sau mai puţin structurile comportamental-umane. Pentru a depista, cunoaşte sau recunoaşte o emoţie ce poate declanşa un anumit tip de comportament, este necesar să decodificăm expresiile emoţionale apărute într-o situaţie conflictuală.

Expresia constituie acea caracteristică exterioară a omului după care tragem concluzii cu privire la **starea sa de spirit**. Se disting, astfel, cinci grupe de expresii:

1) **Fizionomia** = totalitatea trăsăturilor feţei care îi dau o înfăţişare caracteristică; pe expresia imobilă a feţei s-au putut imprima, de-a lungul anilor, atitudini şi emoţii;

2) **Mimica** = constituie aspectul feţei în mişcare, fiind succesiunea contracţiilor diverşilor muşchi în raport cu emoţiile trăite de o persoană;

3) **Postura şi gesturile** = este suficientă pentru a recunoaşte o persoană, identificându-i chiar şi starea de spirit (trăirea sufletească din acel moment);

4) **Vocea şi modul de a vorbi** = vocea, în primul rând, se modulează în funcţie de emoţie, constituind un indiciu emoţional consistent;

5) **Rezultatele comportamentului legate de mişcări complexe şi expresive** = scrisul şi desenul sunt în relaţie cu trăsăturile personalităţii, ele suferind modificări în funcţie de afectele prezente în timpul desfăşurării respectivelor acţiuni.

J. Cosnier conchide că „**fără emoţii nu există comunicare, iar fără comunicare nu există viaţă socială.**” ***(J. Cosnier, 2002, p. 74)***

4.3. Procesele afective superioare.
Sentimentele şi pasiunile

Pragmatic, E. Lupşa şi V. Bratu consideră că **sentimentele** sunt trăiri afective complexe, de lungă durată, stabile, având o intensitate moderată. ***(E. Lupşa – V. Bratu, 2005)***

A. Cosmovici le catalogheazǎ drept ample structuri de tendinţe şi aspiraţii, relativ stabile, care orientează, organizează, declanşează şi reglează conduita umană. Dacă emoţia este în general de scurtă durată, **sentimentele** au emoţiile la baza lor fără a se confunda însă cu ele, ele constituindu-se în nişte emoţii repetate, rezistente la factorii perturbativi. ***(A. Cosmovici, 1996)***

Clasificarea sentimentelor

Sentimentele pot fi: a) **intelectuale,** respectiv acelea care apar în procesul cunoaşterii realităţii şi sunt un factor energizator al acesteia (curiozitate, mirare, uimire, îndoială, siguranţă, nesiguranţă etc.); b) **morale,** care reflectă atitudinea pozitivă sau negativă faţă de acţiunile proprii şi ale celorlalte persoane (prietenie, mândrie, datorie, dragoste, iubire etc.); c) **estetice,** respectiv cele care ca urmare a perceperii frumosului în

artă, în natură sau în diferitele acţiuni ale omului (admiraţie, extaz).

Ca sentimente pozitive, **dragostea şi prietenia** trebuie să reprezinte un punct de plecare în **a-l înţelege şi a-l accepta pe om**, pornind de la nevoia sa de **a fi**, de **a exista**.

Dragostea este esenţială în definirea şi cunoaşterea omului, ea constituind factorul coagulant al oricărei relaţii inter-personale amicale, expresia impulsului uman nativ spre afiliere. Speciile sociale sunt caracterizate de „faptul social" definit drept un fenomen de atracţie reciprocă; s-a mai vorbit şi de instinct gregar sau de un „impuls spre afiliere", acesta indicând faptul că indivizii care aparţin unei specii sociale sunt mânaţi de o forţă ce îi îndeamnă să caute compania semenilor lor şi să lege cu ei relaţii de diferite tipuri, esenţiale atât pentru supravieţuirea grupului, cât şi a individului.

Specia umană este una socială, iar fiinţele umane sunt animate de **impulsul spre afiliere**, care se traduce tocmai prin existenţa legăturilor interpersonale de prietenie.

V. Lossky subliniază că **adevărata iubire** este unirea a două vieţi, nu contopirea lor, ea netinzând spre asimilare, spre absorbţia celuilalt, ci spre **afirmarea celuilalt**. „Iubirea desăvârşeşte firea omenească conducând-o spre unitate cu firea dumnezeiască", consideră Sfântul Maxim Mărturisitorul. **Iubirea faţă de aproapele** este semnul dobândirii adevăratei iubiri faţă de Dumnezeu. Iubirea este un instrument de cunoaştere, prin faptul că ea identifică într-o anumită măsură subiectul cu obiectul, oglindindu-l pe cel care cunoaşte în cel cunoscut. ***(Lossky, 1993)***

Pornind de la Hristos care cerea ca omul să-şi iubească aproapele ca pe sine însuşi, **Laurentius** spunea despre **dragoste**: „Dragostea nu are nici început, nici

sfârşit. Unde dragostea se poate extinde conştient, acolo se extinde necontenit.”; „Dragostea e păzitoarea libertăţii tuturor.”; „Dragostea nu evită pe nimeni, ea însă se retrage de acolo de unde nu este dorită, sau de unde este izgonită cu forţa.”; „Dragostea vrea să lege totul şi pe toţi împreună.”; „Dragostea adevărată nu face reproşuri, ea scuză, înţelege, tolerează totul.”; „Dragostea nu ridică pretenţii şi nu pune condiţii.”;

Apostolul Pavel în prima sa Epistolă către Corinteni scrie că dragostea este calitatea primordială pe care ar trebui s-o aibă omul şi descrie astfel această calitate: „Dragostea este plină de răbdare şi bunătate, dragostea nu cunoaşte invidia, nu se lasă şi nu se ridică cu mândrie asupra altora, ea nu se comportă cu lipsă de consideraţie, nu cunoaşte egoismul, nu se lasă cuprinsă de cuvinte amare şi nu poartă pică pentru suferinţele îndurate, nu se bucură dacă nedreptatea câştigă supremaţia, ci se bucură dacă dragostea iese învingătoare, ea nu scoate în evidenţă greşelile altora, ci caută să le scuze, ea crede mereu numai binele, nu-şi pierde **speranţa**, nu-şi pierde **curajul**. Dragostea nu pierde niciodată!” (1 Corinteni 13, 4-13, în traducere neologismică).

Ce este viaţa omului fără dragoste? se întreba apostolul Pavel. Răspunsurile pe care le dă reprezintă un cod axiologic care trădează intuiţia unei **psihologii a caracterului**: **Datoria fără dragoste îl face pe om arţăgos; Răspunderea fără dragoste îl face pe om incorect; Dragostea fără îngăduinţă îl face pe om dur; Adevărul fără dragoste îl face pe om critic; Inteligenţa fără dragoste îl face viclean; Prietenia fără dragoste îl face prefăcut; Ordinea fără dragoste îl face posac; Cinstea fără dragoste îl face arogant; Avuţia fără dragoste îl face zgârcit; Crezul fără dragoste îl face fanatic.**

Prietenia, privită metaforic ca o „porţie cotidiană de relaţie amicală" pentru a trăi şi a supravieţui, se poate amplifica, devenind o atracţie interpersonală fundamentată pe o anumită afinitate.

Impulsul de afiliere (produs al unei atracţii interpersonale native pre-existente) are patru funcţii: a) Reducerea sentimentului de nesiguranţă vizavi de cei din jur şi, în acelaşi timp, întărirea sistemului de securitate; b) Stimularea pozitivă prin interesul reciproc şi contactul cu celălalt; c) Posibilitatea de împărtăşire a afectelor şi de creare a unui sentiment de siguranţă datorită empatiei; d) Confirmarea narcisistă prin atenţia obţinută de la celălalt şi aprecierile valorizante reciproce.

Pentru ca impulsul de afiliere să se poată activa, este nevoie de anumite condiţii favorabile, absolut necesare, şi trebuie să poată avea loc o evaluare reciprocă pozitivă a celor doi potenţiali prieteni, să existe „afinităţi".

Pasiunea(-unile) în contextul proceselor afective superioare sunt acele trăiri afective foarte intense, stabile şi de lungă durată, care antrenează întreaga personalitate umană. Pasiunea, având calităţile amintite anterior, se diferenţiază de emoţie; distincţia o formulează Kant într-o manieră metaforică: „Emoţia este ca o apă care se revarsă brusc rupând digul; pasiunea e un torent care curge mereu săpându-şi albia tot mai adânc". ***(E. Lupşa – V. Bratu, 2005, p. 54)***

Subliniem deci că pasiunea poate avea (şi adeseori are) o influenţă **pozitivă, constructivă**, materializată în cultivarea unor aptitudini speciale. În alte situaţii, ea se poate constitui într-o forţă **negativă, transformându-se în vicii** ce afectează distructiv întreg comportamentul uman. La rândul lor, **viciile** pot fi grupate după interes: a) **eul** – pasiuni pozitive

(cupiditatea); b) **celălalt** – (gelozia, ambiţia); c) **lumea** (pasiunea pentru jocurile de noroc);

Astfel, pasiunea negativă duce la o sărăcire accentuată a vieţii psihice, la degradarea morală şi fizică, consecinţa finală fiind inadaptarea şi marginalizarea deliberată a individului, culminând cu grave tulburări comportamentale.

4.4. Caracteristicile vieţii afective, din perspectivă pastorală

V. Pavelcu considera că **emoţiile dezorganizează conduita** în timp ce **sentimentele o organizează**. În realitate, procesele afective îndeplinesc ambele roluri, dar în condiţii diferite: a) **dezorganizează conduita** atunci când intensitatea trăirilor este mare, când situaţia este nouă, iar organismul nu şi-a elaborat încă răspunsurile comportamentale adecvate; b) **organizează conduita** dacă organismul şi-a elaborat răspunsuri comportamentale pentru anumite situaţii, iar intensitatea trăirilor este medie.

Se remarcă astfel faptul că procesele afective sunt latura energetică a proceselor psihice şi a **comportamentului uman**.

Viaţa afectivă a fiecăruia dintre noi presupune atingerea unui cuantum de experienţe şi valori umane şi sociale menite a aduce în ecuaţie: conştientizarea trăirilor afective, a predominanţei unor sentimente superioare, certificând atingerea maturităţii afective.

Imaturitatea afectivă presupune imposibilitatea de manifestare a personalităţii reale a fiecăruia dintre noi. De aceea, e important a cunoaşte faptul că, fiecărei categorii de vârstă îi corespunde o caracteristică a dezvoltării sale afective, astfel:

1) **0-1 an** (reacţiile afective sunt vagi, confuze şi fluctuante); la 2 luni apare plăcerea; la 4-5 luni apare

frica determinată de prezenţa unor persoane necunoscute; la 3-6 luni apare râsul; în jurul a 8 luni apare bucuria;

2) **1-3 ani** (începe să se organizeze viaţa afectivă a copilului orientându-se spre persoane şi obiecte, acesta deprinzându-se cu expresiile emoţionale specifice grupului; la 18 luni se manifestă gelozia; în jurul vârstei de 2 ani stările afective sunt fluctuante: apare agresivitatea ca reacţie de opoziţie faţă de adult şi nevoia de trăiri afective pozitive (trebuinţa de a fi iubit, de a coopera cu adultul);

3) **3-6/7 ani** (se diversifică şi se nuanţează viaţa afectivă; jocul dobândeşte un rol decisiv în simularea unor trăiri afective; la 3 ani apare sentimentul de vinovăţie; la 4 ani apare sentimentul de mândrie; în jurul vârstei de 6 ani se pune problema prestigiului şi a ruşinii; se dezvoltă capacitatea de control voluntar al emoţiilor);

4) **6/7 ani – 10/11 ani** (încep să apară procesele afective superioare: curiozitatea intelectuală, sentimentul datoriei, admiraţiei, mândriei etc.);

5) **10/11 ani-14 ani** (se dezvoltă în continuare sentimentele superioare precum responsabilitatea, patriotismul; apare teama de înfrângere şi frica de dispreţ; apare nevoia de a fi afectuos cu alţii; acum începe stabilizarea vieţii afective; se dezvoltă trăiri afective cu intensitate mare, puternică);

6) **14-18 ani** (se accentuează controlul voluntar; se complică viaţa afectivă; apare prima iubire; apare criza de identitate);

7) peste 18 ani (viaţa afectivă se perfecţionează; se ajunge progresiv la o maturitate afectivă);

Capitolul 5

Caracteristici ale comportamentului deviant

5.1. Tulburări de risc
şi de conduită comportamentală
5.2. Identităţi ale elementelor psihopatologice

5.1. Tulburări de risc şi de conduită comportamentală

Comportamentul uman reprezintă modalitatea obiectivă de adaptare la lumea în care trăim, având un nivel conştient şi voluntar. Întregul comportament uman este mediat de psihic la cele două nivele, inconştient şi conştient. El este nu numai modalitatea prin care-şi face simţită prezenţa în lume, ci şi expresia relaţiei omului cu lumea.

Deci **comportamentul** poate fi privit ca o expresie externă a personalităţii bio-psiho-sociale prin care omul îşi reglementează relaţiile cu lumea. Cu alte cuvinte, **comportamentul** este dependent, pe de o parte, de nivelul intelectului, de cunoştinţele şi experienţele de viaţă dobândite până la o anumită vârstă, iar pe de altă parte, de caracteristicile organizării sociale şi funcţionalitatea relaţiilor intersubiective.

Când acest echilibru cu lumea nu este corespunzător, **comportamentul deviant** rezidă în formule de **conduită** aflate în discordanţă cu valorile şi normele unui anumit sistem socio-uman. Astfel, **comportamentul deviant** se referă la forme de conduită care se îndepărtează în mod sensibil de la normele existente într-o cultură dată şi care corespund

unor roluri şi statusuri sociale bine definite în cultura respectivă.

Astfel, în *Larousse. Marele dicţionar de psihologie,* **conduita** este desemnată ca fiind o combinaţie de activităţi: a) externe, **observabile,** ale organismului, care sunt comportamentele, şi b) interne, **neobservabile,** care sunt fenomene despre care se presupune că sunt concomitente (scopuri, motivaţii, emoţii etc.).

Completată astfel, **conduita de risc** sau **handicapul de comportament** se defineşte ca fiind o stare în care conflictul este consemnat lumii exterioare, materializat printr-un comportament deviant al individului, fapt ce declanşează, la o anumită vârstă (de obicei preadolescenţa sau adolescenţa), **tulburări de conduită sau comportament** de tip:

a) **biopsihologic,** ce ţine de criza de pubertate, adolescenţă şi trebuie abordată ca atare;

b) **carenţial**, este sănătos din punct de vedere psihic, dar vulnerabilizat afectiv, educativ, social;

c) **sociopatic**, prezintă un determinism trivalent care explică în cea mai mare parte tulburarea de comportament delictual, antisocial;

d) **patologic**, apare deja suferinţa psihică de tip reactiv, psihogen, putând determina, la un moment dat, un echilibru comportamental precar, chiar regresiv, dezadaptativ, derapant, potrivnic intereselor lui de autoreglare şi autodeterminare în procesul devenirii.

Este necesar să intrăm în contact cu o asemenea secvenţă atitudinală, deoarece persoana care va avea nevoie de ajutor trebuie diagnosticată corect, atât din punct de vedere biologic, cât şi psiho-social. De aceea, considerăm că este necesar să schiţăm câteva conduite de risc.

1) **Conduite de risc:**

a) **Neascultarea** = tulburare opoziţională care numără printre cauze: carenţe educative, familiale, restricţii sau libertăţi excesive, nonconsecvenţă în educaţie, diversiuni familiale etc.;

b) **Fuga de acasă** = întâlnită la introvertiţi, emotivi, anxioşi, dar şi la instabili psihici, agitaţi, frustraţi afectiv, neadaptaţi la colectivitate, conflictuabili şi labili;

c) **Abandonul şcolar** = reprezintă reacţia de opoziţie la sistemul şcolar, la reguli şi la disciplină; începe cu o seria de absenţe şi influenţe negative din partea anturajului; în sine, abandonul este considerat de victimele lui drept un act de bravură. În fapt, este o formă de teribilism şi de inadaptare la comunitatea şcolară;

d) **jaful** = constituie un act de violenţă (fie că are loc sub presiune sau nu, fie că este dus la îndeplinire individual sau în bandă), care evidenţiază caracteristicile personalităţii dizarmonice.

2) **Tulburări de comportament social**

a) **Instabilitatea psiho-motorie** constă în incapacitatea de a fi atenţi, de a păstra o atitudine coerentă, de a păstra un ritm regulat în activitate; este evidentă după vârsta de 8-10 ani şi se exteriorizează indiferent de condiţii sau situaţii. Ea are **cauze** organice, cerebrale, fiind caracterizată printr-o stare de nelinişte, de teamă, anxietate, insecuritate, având la origine situaţii familiale conflictuale şi frustrări afective. ***(S. Brumă-Popescu, 2003, p. 134)***

b) **Agresivitatea** este o formă de irascibilitate exagerată, manifestată prin răspunsuri violente agresive şi scăderea evidentă a pragului de frustrare; se poate exprima *hetero-* sau *auto-*agresiv şi, în momente de

furie, poate apărea o amnezie care estompează amintirea actului consumat. Printre **cauze** le amintim pe cele: organice cerebrale, hormonale, sociale, ambientale, precum şi sentimentele de inferioritate şi insecuritate.

c) **Furtul** reprezintă o stare conflictuală bazată pe carenţe educative, familiale. Este necesară cunoaşterea de către subiect a sensului noţiunii de „proprietate”. După „mecanism”, există furt „prin imitaţie”, „din necesitate”, ca „reacţie de compensare”, ca „reflectare a ostilităţilor”, ca modalitate de asigurare a unei existenţe parazitare; caracterul patologic al acestui comportament ţine de contextul general al trăsăturilor de personalitate.

d) **Fuga (de acasă) şi vagabondajul**. Fugile repetate conduc la vagabondaj şi asociere cu scopul de săvârşire a unor acte delictuale (în grupuri, bande). Printre **cauze** enumerăm: particularităţile dizarmonice ale personalităţii, sugestibilitatea, lipsa încrederii în sine, instabilitatea afectivă, eşecurile în adaptarea şcolară, atracţia străzii, mediul familial despotic, lipsa de supraveghere. Determinante pot fi atât condiţiile de mediu, cât şi o serie de particularităţi dobândite sau câştigate, precum şi prezenţa anumitor deficienţe mintale.

Vagabondajul, „deteriorare comportamentală gravă cu o evoluţie spectaculoasă ce este dublată adeseori de forme aberante (cum ar fi prostituţia şi perversitatea sexuală), se pot greva pe un climat familial pluri-carenţial, impropriu educativ, dar şi pe existenţa unor trăsături instabile de personalitate dizarmonică.” ***(S. Brumă-Popescu, 2003, p. 145)***

Există anumiţi **factori** (interni şi externi) care pot facilita apariţia comportamentelor deviante. Implicarea consilierului pastoral în aceste situaţii este benefică, ţinând cont de faptul că **este mult mai uşor să**

previi decât să intervii, după ce fapta s-a consumat. În acest context,

1) **Familia** influenţează comportamentul membrilor săi, contribuind la procesul de socializare a acestora. În structura sa, familia poate să fie: a) normală (mamă, tată, fraţi); b) dezorganizată (monoparentală prin divorţ sau deces); c) cu un status social precar (părinte/părinţi şomeri, plecaţi în străinătate, privaţi de libertate); d) inexistentă (copii abandonaţi la naştere în grija organelor publice abilitate).

Este cunoscut totodată faptul că, pe lângă familii bine structurate prin înţelegere şi respect reciproc, există şi **familii care practică un stil educaţional deficitar,** lipsit de valenţe morale, şi care adoptă o atitudine permisivă şi tolerantă faţă de comportamentele deviante ale tinerilor, determinând, în cele mai multe cazuri, o subsocializare morală a membrilor săi.

2) **Şcoala**, prin întreaga sa construcţie educaţională, reprezintă **un pion important în conturarea viitoare a personalităţii umane.** Dacă pentru unii (şi, în general, pentru cei mai mulţi) şcoala reprezintă un punct de referinţă atât din punct de vedere al activităţilor cognitive, cât şi un „bonus” de încredere în viitoarele relaţii cu comunitatea, pentru un anumit segment din populaţia şcolară (şi vârsta acesteia începe să scadă), şcoala este percepută ca: regulă, disciplină, învăţat, constrângere, optica personală variind de la caz la caz.

Criticabilă este şi situaţia şcolară în care **primează partea instructivă în detrimentul celei educative**, fiind în prim plan elevii buni la învăţătură şi cei care nu creează probleme, ţi neglijaţi cei slabi şi neadaptaţi regimului şcolar, realizându-se **adevărate piramide ierarhice** care pot determina şi declanşa asupra acestora din urmă reacţii de frustrare. Aceştia vor

căuta **compensare mai ales în comportamente antisociale** în cadrul grupurilor stradale, pentru „a impresiona”. ***(S. Brumă-Popescu, 2003, p. 152)***

3) **Mediul extrafamilial** „influenţează comportamentul individului deoarece acesta pot dobândi în cercul de prieteni, de la vecini, colegi, „gaşcă” şi/sau grup de cartier, prin exemplele negative, o „contaminare” cu o conduită deviantă, mai ales atunci când familia *de facto* nu se implică şi nu realizează faptul că, lăsând totul în grija celor din jur, persoana în cauză va deprinde atitudini antisociale lipsite de coerenţă şi motivaţie logică.” ***(S. Brumă-Popescu, 2003, p. 156)***

4) **Mass-media** poate alimenta şi stimula starea de conduită comportamentală. Este cunoscut deja faptul că violenţa văzută la televizor sau cinema duce la creşterea agresivităţii şi criminalităţii, efectul fiind şi mai mare în rândul copiilor cu tulburări afective şi caracteriale, precum şi în rândul acelora cu sentimentul frustrării afective.

Acesteia i se adaugă şi **literatura beletristică** care are eroul principal plin de „relele societăţii”, şi **ziarele** ce abundă în ştiri ce pot manipula conştiinţele şi altera simţul valorii. Astfel suntem aproape de **conduite comportamentale deviante ce pot duce până la delincvenţă,** dezvoltând autentice **personalităţi antisociale**, cristalizate lent în timp. ***(S. Brumă-Popescu, 2003)***

5.2. Identităţi ale elementelor psihopatologice

V. Predescu defineşte **psihopatiile** drept un grup polimorf de evoluţii patologice ale personalităţii, caracterizate clinic printr-o insuficientă capacitate (episodică sau permanentă) de adaptare armonioasă şi

suplă la condiţiile obişnuite ale mediului familial şi social. ***(V. Predescu, 1989)***

Dintre elemente definitorii ale psihopatiilor amintim: a) controlul incomplet al sferelor afectiv-voliţionale şi instinctive; b) nerecunoaşterea defectului structural; c) incapacitatea de integrare armonioasă în mediul social.

G. Cornuţiu consideră tulburarea de personalitate o structură rigidă, un mod dezechilibrat şi limitativ de personalitate, care predispune persoana în cauză la eşecuri adaptative (permanente ori episodice), în raport cu mediile sale conjuncturale de viaţă. Aceste eşecuri nu sunt obligatorii, apar doar în raport cu anumite condiţii de mediu. Eşecurile există ca potenţial pe toată durata vieţii persoanei în cauză. Acest potenţial, pentru majoritatea tulburărilor de personalitate, se atenuează treptat, odată cu vârsta dar, pentru altele (cum ar fi tulburările de personalitate de tip paranoid) se pot chiar accentua. ***(G. Cornuţiu, 2003)***

F. Tudose prezintă câteva posibile caracteristici ale pacienţilor cu tulburări de personalitate: modele de comportament cronice şi durabile, nu episodice; blamarea constantă a altora; uşor de înfuriat sau de făcut geloşi; funcţia ocupaţională şi socială tulburată; dependenţă sau independenţă excesivă; impulsivi sau compulsivi; standarde şi opinii inflexibile; iritabilitate; abilităţi empatice reduse; înşelarea persoanelor pentru un câştig propriu; egocentrism; deseori manifestă rezistenţă la tratament; trec de la subevaluare la supraevaluare; relaţii interpersonale tulburi sau instabile; ***(F. Tudose, 2002)***

Toate acestea conturează un **comportament definitoriu pentru personalitatea dificilă.** Trăsăturile de caracter ale acestui tip de personalitate fiind foarte rigide, inadaptate situaţiilor, cauzează suferinţă propriei persoane

precum şi celorlalţi. Identificarea anumitor tipuri de personalitate dificilă face posibilă o mai bună înţelegere a reacţiilor acestora în diferite situaţii, favorizând un progres continuu în materie de psihoterapii şi de tratamente. ***(Fr. Lelord – Ch. Andre, 1998)***

Fr. Lelord şi Ch. Andre remarcă faptul că „personalităţile dificile sunt aidoma fenomenelor naturale: există dintotdeauna şi vor continua să existe de-a pururea. A te revolta ar fi la fel de lipsit de sens precum ar fi dacă te-ai mânia pe vreme ori pe legile gravitaţiei. Iată şi un motiv pentru care ar trebui să acceptaţi personalităţile dificile: acestea n-au nici o vină de a se fi născut cu o asemenea fire, nu şi-au ales singure tipul de personalitate. Amestec de ereditate şi educaţie, ele au dezvoltat comportamente care, cel mai adesea, nu le reuşesc şi de care, am putea spune, nu sunt complet responsabile. Cine ar alege deliberat să fie excesiv de anxios, de impulsiv, suspicios, mult prea dependent de ceilalţi sau obsedat de detalii? O respingere n-a ameliorat niciodată starea cuiva, cu atât mai mult cu cât este vorba despre oameni cu probleme. Faptul de a-i accepta constituie adesea un prim pas necesar pentru a-i determina să-şi schimbe unele comportamente”.

Pentru o mai bună „gestionare” a manifestărilor persoanelor cu personalităţi dificile, vom încerca, apelând la aceeaşi autori, să schiţăm atitudinea recomandabilă faţă de cei în cauză.

1. Personalitatea anxioasă. Oamenii care se încadrează în această categorie îşi fac griji mult prea intense şi frecvente pentru sine şi pentru cei din jurul lor; tensiunea lor fizică este adesea excesivă; manifestă o permanentă atenţie la riscuri: vigilenţă faţă de tot ceea

ce ar putea lua o turnură neplăcută, pentru a controla chiar situaţii cu un risc redus.

În raport cu reprezentaţii acestui tip de personalitate **este recomandabil**: 1. să le inspirăm încredere; 2. să-i ajutăm să deprindă arta relativizării; 3. să practicăm în raport cu ei un umor binevoitor; 4. să-i determinăm să se trateze. În schimb, este **nerecomandabil**: să-i lăsăm subjugaţi de propriile angoase; 2. să-i luăm prin surprindere; 3. să le împărtăşim propriile nelinişti; 4. să abordăm subiecte de conversaţie penibile.

2. Personalitatea paranoică. Aceasta se caracterizează prin **suspiciune** (îi suspectează pe ceilalţi că ar fi rău intenţionaţi în ceea ce o priveşte; se protejează în permanenţă, fiind atenţi la ceea ce se petrece în jur, neavând încredere; pune la îndoială loialitatea altora, chiar a celor apropiaţi, fiind adesea geloasă; caută energic şi în detaliu dovezi în sprijinul bănuielilor sale, fără a ţine seama de situaţia în întregul ei; dacă acest tip de personalitate se simte ofensată, este gata de represalii disproporţionate; este preocupată de propriile drepturi, ca şi de problemele de prioritate, simţindu-se foarte facil ofensată) şi **rigiditate** (se arată raţională, rece, logică şi rezistă oricăror argumente ce vin din partea celorlalţi; îi este greu să manifeste tendinţe ori emoţii pozitive, nu prea având simţul umorului).

În momentul relaţionării cu oameni aparţinând acestui tip de personalitate este **recomandabil**: să ne exprimăm limpede motivele şi intenţiile; să respectăm convenienţele cu scrupulozitate; să menţinem un contact regulat cu el (ea); să facem referiri la legi şi la regulamente; să le lăsăm unele mici victorii, dar selectându-le bine; să ne căutăm aliaţi în altă parte. În schimb, este **nerecomandabil**: să renunţăm la a lămuri

neînţelegerile; să le atacăm imaginea care o au despre sine; să comitem greşeli; să le bârfim, căci vor afla; să discutăm politică; să devenim, la rândul nostru, paranoici.

3. Personalitatea histrionică caută să atragă atenţia celorlalţi, neagreând situaţiile în care nu este obiectul atenţiei generale; caută stăruitor afecţiunea propriului anturaj; dramatizează exprimarea propriilor emoţii care sunt foarte schimbătoare; stilul discursului său este mai degrabă emoţional, căci evocă impresii şi este lipsit de precizie şi detaliu; are tendinţa de a idealiza sau dimpotrivă, de a deprecia excesiv persoanele din anturajul său;

În relaţionarea noastră cu cei aparţinând acestui tip de personalitate este **recomandabil:** a) să ne aşteptăm la tot felul de exagerări şi dramatizări; b) să-i lăsăm din când în când să se manifeste, stabilind unele limite; c) să-i arătăm interes ori de câte ori are un comportament „normal”; d) să ne pregătim să trecem de la statutul de „erou” la cel de „infam” şi, invers. Este în schimb, **nerecomandabil**: să ne amuzăm pe seama lor; să ne lăsăm impresionaţi de tentativele de seducţie care sunt adesea fictive; să ne lăsăm prea tare înduioşaţi.

4. Personalitatea obsesională se caracterizează prin **a) perfecţionism** (este exagerat de atentă la detalii, proceduri, reguli şi la organizare, adesea în detrimentul rezultatului final); **b) obstinaţie** (este încăpăţânată, stăruie cu înverşunare ca lucrurile să fie făcute după cum consideră ea şi respectându-se reguli); **c)** în relaţiile cu ceilalţi este **rezervată** fiindu-i greu să-şi exteriorizeze emoţiile pozitive; adesea este foarte formală, glacială, timidă; **d) nehotărâtă** (îi este greu să ia decizii din teama de a nu comite vreo greşeală; tergiversează lucrurile şi cugetă exagerat de mult); **e)**

rigoare morală (este extrem de conştiincioasă şi scrupuloasă).

În relaţionarea noastră cu cei aparţinând acestui tip de personalitate este **recomandabil:** să le arătăm apreciere pentru simţul ordinii şi al rigorii; să le respectăm nevoia de a prevedea şi de a organiza totul; când merg prea departe, să le aducem critici precise şi motivate; să le arătăm că suntem o persoană previzibilă şi că se poate bizui pe noi; să le facem să descopere bucuriile destinderii; să le încredinţăm sarcini pe măsura lor, în care „defectele” lor să se transforme în tot atâtea calităţi. În schimb, este **nerecomandabil**: să le ironizăm pe seama maniilor lor; să ne lăsăm antrenaţi prea departe în sistemul lor; să le copleşim cu prea multă afecţiune, recunoştinţă sau cu daruri.

5. Personalitatea narcisică, despre sine, are sentimentul că este excepţională, deasupra oamenilor de rând şi că i se cuvine mai mult decât celorlalţi; este stăpânită de ambiţia de a avea succese răsunătoare, atât în plan profesional, cât şi în viaţa personală; adesea este extrem de preocupată de înfăţişarea sa şi de vestimentaţie. În relaţiile cu ceilalţi, se aşteaptă la atenţie, privilegii, fără a se simţi însă obligată la reciprocitate; când nu i se acordă privilegiile pe care le aşteaptă, devine furibundă; îi exploatează şi îi manipulează pe ceilalţi pentru a-şi atinge scopurile; manifestă destul de puţină empatie, iar emoţiile celuilalt nu o prea mişcă.

În relaţionarea noastră cu cei aparţinând acestui tip de personalitate este **recomandabil:** ori de câte ori este sinceră, să o aprobăm; să-i explicăm reacţiile celorlalţi; să-i respectăm cu scrupulozitate convenienţele; să nu-i aducem critici decât când este absolut necesar, iar atunci să fim extrem de precişi; să păstram discreţia asupra propriilor noastre reuşite şi

privilegii. Este, în schimb, **nerecomandabil**: să i ne opunem sistematic; să nu fim atenţi la tentativele ei de manipulare; să ne aşteptăm la recunoştinţă.

6. Personalitatea schizoidă pare adesea impasibilă, detaşată, greu de desluşit, indiferentă la elogiile sau criticile celorlalţi; preferă mai cu seamă activităţi solitare; are puţini prieteni apropiaţi, deseori chiar din cadrul familial; nu leagă prietenii cu uşurinţă; nu caută compania celorlalţi;

În relaţionarea noastră cu cei aparţinând acestui tip de personalitate este **recomandabil** să le respectăm nevoia de singurătate; să le punem în situaţii care sunt pe măsura lor; să le observăm lumea interioară; să le apreciem calităţile ascunse. În schimb, este **nerecomandabil:** să le cerem să manifeste emoţii puternice; să le obligăm la prea multă conversaţie; să le lăsăm să se izoleze complet. ***(C. Enăchescu, 2005)***

7. Comportamentul de tip A. Acesta luptă împotriva timpului, este febril, preocupat să meargă totul mai repede, să facă cât mai multe într-un timp limitat, este obsedat de exactitate şi este intolerant faţă de încetineala altora; are simţul competiţiei, îşi doreşte să „câştige" până şi în situaţii de viaţă anodine, în conversaţie de pildă, ori în sporturile practicate în timpul liber; se implică în acţiune, munceşte enorm, pune suflet în tot ce face, iar activităţile din timpul liber devin tot atâtea sarcini cu un scop bine determinat.

În relaţionarea noastră cu cei aparţinând acestui tip de personalitate este **recomandabil** să fim punctuali şi să-i dovedim că se poate bizui pe noi; de câte ori încearcă să ne impună punctul de vedere, să-l susţinem pe al nostru; să-l ajutăm să înveţe arta relativizării; să-l ajutăm să descopere bucuriile adevăratei destinderi. Este, în schimb, **nerecomandabil**: să negociem cu el „la

cald"; să ne lăsăm antrenaţi în competiţii inutile; să dramatizăm conflictele cu el.

8. Personalitatea depresivă se caracterizează prin pesimism; în orice situaţie s-ar afla, vede doar latura sumbră a lucrurilor, posibilele riscuri, supraevaluează aspectul negativ, minimalizându-l pe cel pozitiv; are o perpetuă dispoziţie tristă, este o persoană posacă de obicei, chiar şi atunci când lipsesc evenimentele neplăcute care să justifice această dispoziţie; se caracterizează prin anhedonie, în sensul că nu prea resimte plăcerea, nici în cazul unor activităţi ori situaţii considerate în mod obişnuit ca fiind agreabile; este uşor depistabilă în cazul său autodeprecierea, în sensul că nu se simte „la înălţime", nutreşte sentimente de inaptitudine ori de culpabilitate (chiar şi atunci când ceilalţi îl apreciază).

În relaţionarea noastră cu cei aparţinând acestui tip de personalitate este **recomandabil** să-i atragem atenţia prin întrebări asupra laturii pozitive a oricărei situaţii; să-l antrenăm în activităţi agreabile, care să fie pe măsura sa; să-i arătăm consideraţia într-un mod adecvat; să-l îndemnăm să consulte un specialist. În schimb, este **nerecomandabil**: să-i facem morală; să ne lăsăm târâţi în marasmul ei.

9. Personalitatea dependentă simte **nevoia de a fi ajutată şi susţinută de ceilalţi**, fiind reticentă când este vorba să ia singură decizii; de multe ori îi lasă pe ceilalţi să ia în numele ei decizii importante; preferă să-i urmeze pe ceilalţi decât să vină cu unele iniţiative; nu-i place să fie singură, ori să facă singură unele lucruri. Este permanent terorizată de **teama de a nu strica relaţiile cu ceilalţi**; de aceea, pentru a fi pe placul celorlalţi, spune mereu „da"; este extrem de afectată şi anxioasă atunci când este criticată şi dezaprobată;

acceptă munci puţin gratificante, pentru a se face plăcută celorlalţi; rupturile o tulbură teribil.

În relaţionarea noastră cu cei aparţinând acestui tip de personalitate este **recomandabil** să le lăudăm mai mult iniţiativele decât reuşitele, să le ajutăm să banalizeze eşecurile; dacă ne cer sfatul, înainte de a răspunde, să le chestionăm în privinţa punctului lor de vedere; să le vorbim de îndoielile şi slăbiciunile noastre, neşovăind să le cerem noi înşivă sfatul şi ajutorul; să le ajutăm să-şi multiplice activităţile; să le facem să înţeleagă că sunt o serie de lucruri pe care le putem face fără ele, dar că aceasta nu înseamnă că le respingem.

În schimb, este **nerecomandabil:** să luăm decizii în locul lor, chiar dacă ne-o cer; să le sărim în ajutor ori de câte ori sunt în impas; să le criticăm iniţiativele, chiar dacă nu sunt bune; să le abandonăm cu desăvârşire pentru a le „învăţa să se descurce singure"; să le îngăduim să plătească preţul dependenţei lor; să le lăsăm să ne „invadeze".

10. Personalitatea pasiv-agresivă, atât în domeniul profesional cât şi în viaţa personală, manifestă rezistenţă la exigenţele celorlalţi; discută excesiv de mult ordinele şi critică pe reprezentanţii autorităţilor; într-un mod ocolit „tărăgănează" lucrurile, este intenţionat ineficientă, stă îmbufnată, „uită" anumite lucruri, se plânge că este neînţeleasă ori desconsiderată, sau că este rău tratată.

În relaţionarea noastră cu cei aparţinând acestui tip de personalitate este **recomandabil** să fim amabili; să le cerem părerea de câte ori este posibil; să le ajutăm să se exprime deschis; să le reamintim regulile jocului.

În schimb, este **nerecomandabil** să ne prefacem că nu le-am remarcat împotrivirea; să le criticăm aidoma unui părinte; să ne lăsăm antrenaţi în jocul represaliilor reciproce.

11. Personalitatea evitantă se caracterizează prin hipersensibilitate; criticile şi ironiile o înspăimântă, îi e teamă de ridicol; evită să intre în relaţii cu ceilalţi atâta vreme cât nu e sigură de bunăvoinţa necondiţionată a acestora; evită situaţiile în care i se pare că ar putea fi jignită sau s-ar simţi stingheră (noi cunoştinţe, un post important, o relaţie intimă); se caracterizează prin autodepreciere, având o stimă de sine redusă şi de cele mai multe ori îşi subestimează capacităţile şi reuşitele; din teama de eşec, optează deseori pentru un rol mărunt sau pentru posturi mult sub capacităţile sale.

În relaţionarea noastră cu cei aparţinând acestui tip de personalitate este **recomandabil** să i se propună obiective de dificultate progresivă; să-i arătăm că ne interesează opinia ei; să-i arătăm că acceptăm să fim contrazişi; dacă vrem să o criticăm, să începem printr-un elogiu mai general, şi abia apoi să aducem critici unui comportament anume; să o asigurăm de sprijinul nostru constant; să o îndemnăm să consulte un specialist.

Este, în schimb, **nerecomandabil**: să o ironizăm; să o enervăm, să o lăsăm să-şi asume toate muncile ingrate.

În continuarea periplului nostru de diagnoză, mai putem aminti personalităţile de tip:

12. Narcisic-histrionic este o personalitate mixtă ce vădeşte comportamentul teatral şi seducător al personalităţii histrionice, dar şi sentimentul de superioritate şi susceptibilitate al personalităţii narcisice;

13. Evitant-dependentă are loc o întrepătrundere a celor două tipologii deja menţionate;

14. Antisocială (sociopată) se caracterizează printr-o lipsă de respect faţă de regulile şi legile vieţii în societate, asociată unei impulsivităţi, unei incapacităţi

de a face proiecte pe termen lung şi unui simţ al culpabilităţii redus (până la absenţa lui totală);

15. Bordeline este marcată de comportament impulsiv, provocat de astă dată de o dispoziţie fluctuantă care indică o stare de criză aproape permanentă; este asaltată de emoţii puternice, greu controlabile, mai cu seamă de stări de furie puternică împotriva celorlalţi, dar şi a propriei persoane;

16. Schizotipală nutreşte convingeri şi percepţii bizare asupra celorlalţi, a propriei persoane şi a restului lumii;

17. Sadică se caracterizează printr-o serie de comportamente sau atitudini menite să aducă suferinţă celuilalt, să-l domine;

18. Cu conduită de eşec este caracteristică persoanelor care par să-şi „saboteze” cu bună ştiinţă viaţa, deşi dispun de toate resursele pentru a proceda şi altfel.

Corolar al acestui capitol ar putea fi „Rugăciunea seninătăţii”: „Doamne, acordă-mi seninătatea de a accepta lucrurile pe care nu le pot schimba, curajul să pot schimba lucrurile pe care le pot schimba şi înţelepciunea de a vedea diferenţa”.

Capitolul 6

Implicarea ecopsihologiei la nivel pastoral

6.1. Elemente de construcţie conceptuală
6.2. Copilul. Apartenenţa şi educaţia sa religioasă
6.3. Persoana privată de libertate. Regăsirea credinţei
6.4. „A fi sau a nu fi” … credincios?

6.1. Elemente de construcţie conceptuală

E. Bonchiş porneşte în definirea **ecologiei şi a psihologiei ecologice** de la etimologia primului termen, amintind faptul că **ecologia** derivă din grecescul **oikos = casă** şi **logos = ştiinţă**, însemnând într-o primă traducere **studierea relaţiilor dintre organism şi mediu**. ***(E. Bonchiş, 2006)***

P. Popescu-Neveanu aminteşte faptul că „ecologia umană acordă importanţă atât aspectelor fizice, cât şi aspectelor biologice ale mediului, respectiv caracteristicilor constructiv-cultural-informaţionale, precum şi modalităţilor de reacţie în grup la aceste caracteristici.” ***(P. Popescu-Neveanu 1991, p. 105)***

Cu alte cuvinte, ecologia face trimitere la condiţiile de mediu în care o persoană trăieşte şi modul în care este afectată de acestea, direct sau indirect. **Psihologia ecologică** apare ca o alternativă la cea experimentală, sugerând nu eliminarea cercetărilor riguroase de laborator, ci completarea lor cu cercetări desfăşurate în mediul natural ***(M. Zlate, 2001).***

Concluzionând, spunem că **psihologia ecologică** urmăreşte **manifestarea capacităţilor psihice umane în condiţii naturale**. Este necesar însă să operăm anumite nuanţări:

a) Să se facă o distincţie clară între ceea ce numim **fenomene profunde (competenţe) şi fenomene de suprafaţă (performanţe)** şi să se indice raporturile dintre aceste două niveluri;

b) Să se precizeze **contextul dezvoltării** (adică să se identifice „nişa de dezvoltare");

c) Să se raporteze comportamentele individuale la realitatea colectivă;

d) Să se sublinieze relaţia dintre „nişa de dezvoltare" şi contextul cultural sau ecocultural; să se stabilească echivalenţe funcţionale, conceptuale şi psihometrice existente în diferite culturi;

e) Să se evidenţieze legăturile dintre variabilele inter şi intra-individuale, sau să precizeze **interacţiunea dintre tipurile de subiecţi şi tipurile de situaţii.**

6.2. Copilul. Apartenenţa şi educaţia sa religioasă

În psihopedagogie este foarte cunoscută expresia: „Copilul este un animal *educandum*". Prin educaţie el dobândeşte experienţa de care are nevoie pentru a se adapta la o lume atât de complexă precum cea de astăzi.

Astfel, din perspectiva elementelor de ecopsihologie, prima copilărie trebuie să-i ofere copilului spaţiul pentru **cristalizarea educaţiei religioase,** prin mici poveşti inspirate din Biblie sau create „ad hoc", prin frecventarea bisericii, prin prăznuirea sărbătorilor religioase, prin răsfoirea unor cărţi cu poze din viaţa şi faptele Mântuitorului Iisus Hristos etc. De asemenea, copilul va fi învăţat să se roage. ***(A. Munteanu, 2003)***

În fapt, părinţii trebuie să-şi asume cu toată responsabilitatea şi de timpuriu **cultivarea acestui „sentiment oceanic",** cum numea Romain Rolland „dorul de transcendenţă", ce portretizează orice fiinţă

umană. Perioada preşcolară precum şi vârsta şcolară mică (6/7 ani-10/11 ani) constituie etape clare de concretizare a acestui demers, existând acum şi un tip instituţionalizat de învăţământ.

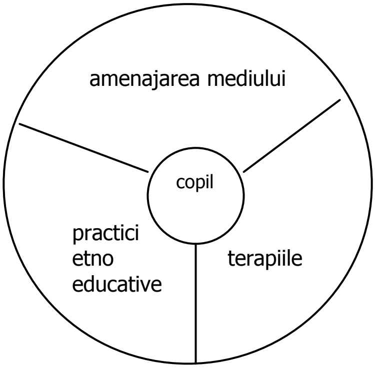
Cunoscând faptul că după naştere copilul se dezvoltă într-un anumit context ecologic şi social, putem contura **„nişa de dezvoltare" (aceasta reprezintă totalitatea elementelor cu care un copil intră în relaţie la o anumită vârstă).** Aceasta este compusă din trei subsisteme principale:

a) Subsistemul 1 conţine contextul fizic, ecologic şi socio-cultural în care se realizează dezvoltarea copilului;

b) Subsistemul 2 cuprinde tradiţiile culturale şi practicile educaţionale;

c) Subsistemul 3 cuprinde etno-teoriile despre educaţie şi educatori, privitoare la creşterea şi educarea copilului.

Schematic, **nişa de dezvoltare** poate fi reprezentată astfel ***(Suzen şi Harkeners, 1997 după E. Bonchiş, 2006, p. 363)***:



având un caracter explicativ, postulând achiziţiile, comportamentele şi reprezentările tipice ce se găsesc într-un grup cultural şi determină dezvoltarea copilului.

Dintr-o perspectivă interculturală dezvoltarea copilului presupune **traversarea succesivă a unor nişe de dezvoltare**; pentru fiecare vârstă noi putem identifica un alt mediu fizic şi social în care evoluează copilul, alte atitudini şi comportamente educative ale adulţilor. Nişa de dezvoltare conferă un cadru teoretic şi metodologic util în **înţelegerea mediului**, cu o perspectivă **dinspre copil** şi nu invers. ***(N. Lehalle – D. Mellier, 2002)***

Pentru a putea evidenţia importanţa dar şi modalitatea implicării ecopsihologiei în actul educaţional-religios exercitat asupra copilului, vom porni de la o bază teoretică, **teoria istorico-culturală a lui** J. Valsiner, care-şi bazează raţionamentul pe influenţele mediului socio-cultural asupra evoluţiei copilului. Teoria lui Valsiner (inspirată din teoria lui Vigotski) se individualizează prin conceptul multiplu de **„zone". Astfel, identificăm: *(E. Bonchiş, 2006, p. 371)***

a) **Zona liberei mişcări** (*Zone of Free Movement – ZFM*) este „formată din lucruri, elemente, obiecte disponibile, care-i permit copilului să se deplaseze în mediul său particular. Fac parte din această zonă inclusiv oamenii şi mijloacele cu care copilul intră în interacţiune. Diferitele experienţe din ZFM vor facilita, atât copilului, cât mai ales educatorului, selectarea acelor acţiuni considerate favorabile dezvoltării lui armonioase. ZFM diferă de la o comunitate la alta, un „plus de zonă" oferindu-i copilului oportunităţi sporite de dezvoltare."

b) **Zona de încurajare a acţiunii** (*Zone of Promoted Action – ZPA)* reprezintă „**modelele de acţiune** pe care educatorii le promovează sau care sunt dependente de familie şi de cultura specifică a unei comunităţi.”

c) **Zona proximei dezvoltări** *(Zone of Proximal Development – ZDP)* se defineşte „ca un ansamblu de acţiuni pe care copilul nu poate să le efectueze fără ajutorul unei alte persoane.” ***(J. Valsiner, 1987).***

Interacţiunea dintre cele trei zone oferă o interpretare nouă a fenomenelor privitoare la dezvoltarea copilului, ceea ce permite părinţilor şi educatorilor să selecteze metodele de educaţie adecvate, să formuleze şi să fixeze corect obiectivele şi regulile de comportament din diferite stadii ale dezvoltării copilului.

Factorii istorico-culturali operează la niveluri diferite cum ar fi: mediul fizic, elementele de cultură materială; obiceiurile, cunoştinţele sociale, religioase şi artistice, valorile morale şi estetice. Această configuraţie a elementelor din interiorul unei societăţi este considerată a fi produsul evoluţiei istorice şi a mediului social.

Toate aceste concepte propuse de J. Valsiner sunt utilizate în mod frecvent în domeniul practicii educaţionale. Metodele sale de cercetare presupun: a) observarea relaţiilor reciproce dintre copii şi educatori, a interacţiunilor ce pot fi înregistrate sau filmate; b) analizarea comentariilor educatorilor privitoare la mediul în care ei recunosc influenţe străine; c) sondaje şi cercetări istorice, colectări de informaţii despre obiceiurile susceptibile de a afecta interacţiunile dintre educatori şi copii.

Aplicarea elementelor de ecopsihologie vizând educaţia religioasă a copilului poate începe de la relaţia

acestuia cu propriii părinţi. H. Vlachos (2001) avertizează:

1) Copiii, fiind rodul dragostei părinţilor, constituie un liant între soţi. „Copilul care se naşte este un fel de pod care uneşte părinţii. Astfel, trei trupuri devin unul, deoarece copilul are o mare forţă de coagulare”. (Alte exemple sugestive: podul uneşte două cetăţi pe care le desparte râul; gâtul leagă capul de restul trupului; în dans sunt uniţi toţi dansatorii cu mâinile şi este creat cercul). Astfel, copilul este o verigă unificatoare care dezvăluie şi măreşte unitatea soţilor.

2) Copiii sunt o mângâiere peste moarte, dând şi simţământul continuării vieţii.

3) A treia binefacere este că părinţii sunt binecuvântaţi prin prezenţa copiilor, îndeosebi când sunt crescuţi în armonie şi când, primind o bună educaţie, trăiesc o viaţă socială şi familială corespunzătoare.

Privind dintr-o perspectivă pedagogică elementele de **ecopsihologie**, vom descoperi faptul că cele **trei zone** definite de Valsiner au o **aplicare practică** în domeniul educaţiei religioase a copilului. Astfel:

a) **Zona liberei mişcări (ZFM).** Este momentul în care copilul se mişcă, percepe în felul său mediul educaţiei bisericeşti, începând să se adapteze la acesta. Astfel, întâlnim în biserică prezenţa copilului încă de la câteva luni, purtat în braţe de părinţi, apoi (aproximativ până la 6 ani) este lăsat „să adulmece singur” misterul, frumuseţea şi sacrul bisericii. Pentru copil, ceremonialul, atmosfera, îmbrăcămintea preoţilor, exercită o forţă atractivă, stimulându-i imaginaţia şi exersându-l „întru înţelepciunea gândului”. El începe să „prindă” darul rugăciunii, să participe la întregul ceremonial care-l fascinează şi-i determină în final un anumit comportament psihosocial.

Este momentul în care copilul ajunge „să se identifice” prin rugăciune şi ritual cu actul religios. Îşi doreşte să devină preot, îşi face semnul crucii, îşi spune rugăciunile, ascultă poveşti duhovniceşti, se deprinde cu ritualul bisericesc. Această „zonă” îi conferă copilului oportunităţi sporite de dezvoltare (poate de aceea toţi copiii sunt lăsaţi, fără a fi apostrofaţi, să „umble” prin biserică, ştiind că locul lor este aici).

b) **Zona de încurajare a acţiunii (ZPA).** Este momentul în care copilul surprinde modele de acţiune religioasă în cadrul familiei, avându-i în obiectiv pe propriii părinţi, în contextul mai larg al unei culturi specifice propriei comunităţi. Acum copilul participă la identitatea religioasă a familiei. H. Vlachos remarcă faptul că pentru ca educaţia copiilor să fie eficace şi substanţială, este necesar ca părinţii să fie ei înşişi formaţi. Aceasta pentru că atunci când cineva educă, nu doar transferă nişte cunoştinţe pe care întâmplător le deţine, ci se dăruieşte pe sine însuşi. ***(H. Vlachos, 2001)***

E timpul în care copilul ia contact cu educaţia religioasă a propriei familii. Astfel, începe să se familiarizeze cu „ritualurile” acesteia, fiind martor la rugăciunile părinţilor, la atmosfera creată în timpul sărbătorilor creştine, interceptând şi fiind coparticipant prin propria experienţă la momentele esenţiale din viaţa familiei.

În acest context este bine să observăm modul în care copilul percepe **naşterea** (venirea pe lume a fratelui sau a surorii sale), bucuria şi binecuvântarea aduse prin **botez** şi ritualul **cununiei** pentru cei apropiaţi, fiind fascinat de manifestările oamenilor cu prilejul unor sărbători pline de mister şi dragoste. De asemenea, îşi spune cuvântul şi **dispariţia** unor persoane dragi asupra modului de percepere a existenţei. Inevitabilul sfârşit al unora este, pentru copilul care

întreabă, „trecerea la o altă lume”, de sus, aceasta presupunând privirea spre cer, unde „e Doamne-Doamne”, unde sunt îngerii. Această senină raportare la moarte îi conferă copilului o siguranţă anume, un confort în raport cu gândul morţii, forţa de a **nu se teme de moarte** şi plecarea cuiva la cele veşnice.

Acum este timpul să fie învăţat copilul să se roage. Sfântul Ioan Hrisostom spune: „Învaţă-ţi copilul să se roage cu multă bunăvoinţă şi cucernicie. Şi să nu-mi spui că nu poate s-o facă. Fiindcă poate, deoarece este şi inteligent şi desăvârşit trupeşte şi spiritualiceşte. Deoarece piedica în rugăciune nu este frăgezimea vârstei, ci frăgezimea gândirii. Să înveţe aşadar copilul să se roage cu multă smerenie şi să vegheze cât poate”.

c) **Zona proximei dezvoltări (ZDP)** face referire la un ansamblu de acţiuni corespunzător perioadei educative specifice claselor primare (I-IV). Este locul în care, sub o anumită formă, „se instituţionalizează predarea educaţiei religioase”, elevul beneficiind atât de un manual propriu-zis, cât şi de îndrumarea profesionistă a unui cadru didactic specializat.

În epoca contemporană, reîntoarsă „pe băncile şcolii” după o absenţă nepermis de lungă, educaţia religioasă are menirea de a găsi calea pe care fiecare elev, viitor creştin responsabil, şi-o va alege în viaţă. De aceea, nu ne este indiferent ce se întâmplă la această disciplină de învăţământ.

Există şi întrebări care ne provoacă la o reflecţie profundă. Este cu adevărat sala de clasă locul cel mai bun pentru desfăşurarea unei ore de educaţie religioasă, pentru un copil între 6-10 ani, bine ştiind faptul că imaginaţia, intuiţia şi gândirea lui spre concret nu sunt încă suficient consolidate? Creăm noi oare ambianţa specifică necesară unei asemenea lecţii? Liantul între

toţi cei ce participă la oră există? Răspundem provocărilor care apar din necunoaşterea individualităţii fiecărui copil?

Ştim explica apariţia unei atitudini insuficient controlate a vreunui elev dezvăluindu-i cauza, motivaţia ascunsă? Simt copiii „acel ceva” special în cadrul orei de educaţie religioasă? Şi cu siguranţă, şirul întrebărilor ar putea. Important este să găsim strategia eco-psihologică de a dizolva rutina şi obişnuinţa, de a revărsa între elevi încredere, speranţă, cunoaştere. Responsabilitatea noastră este să călăuzim elevul spre adevăr şi credinţă.

Indiciu al unei educaţii religioase reuşite este eradicarea sentimentului de singurătate ontologică din inima copilului, găsind – precum în jocul de vizualizare „Poteca ta” – capătul: lumina, îngerul păzitor, liniştea, vocea şi chipul lui Dumnezeu, toate acestea fiind transfigurate în inocenţa copilăriei.

H. Vlachos insistă asupra faptului că paralel cu şcoala, copilul trebuie să fie trimis la Biserică. „Iar aşa precum atunci când ne trimitem copiii la şcoală avem pretenţia să-şi înveţe lecţiile, la fel să facem şi când îi trimitem la Biserică. Ideal este să-i conducem noi înşine. Nu este potrivit să poruncim altora să-i ducă. Noi înşine să-i luăm de mână şi să-i ducem şi să cerem să-şi amintească câte au ascultat şi au fost învăţaţi”. ***(H. Vlachos, 2001)***

După o riguroasă analiză ecopsihologică, ne întrebăm dacă **este nevoie de o nouă strategie educaţională vizând segmentul religios. „Da!”**, spun cei direct implicaţi în contextul educaţional specific acestui domeniu. Surprinde şi astăzi, după atâtea secole, strategia Sfântului Ioan Hrisostom privitoare la educaţie:

1. Educaţia trebuie să fie făcută la timp: „Dacă de la început şi de la o vârstă fragedă zidim în copil principii bune, nu mai sunt necesare după aceea istovitoare eforturi, căci obişnuinţa va fi în viitor lege pentru copii”.

2. Educaţia trebuie să se facă treptat, cu discernământ şi înţelepciune: „Nu-i învăţa pe nou-născuţi zborul perfect într-o singură zi, ci la început îi scoate doar afară din cuib, apoi, altă dată, învaţă-i zborul aproape de pământ, şi doar după ce s-au mai odihnit, altă dată, învaţă-i să zboare mai sus, şi astfel, încet-încet îi vei conduce la înălţimea care trebuie”.

3. Educaţia trebuie să se facă cu dragoste, cu milă şi cu bucurie lăuntrică: „Cu milă părintească, cu vorbă pricepută, să fie remediate greşelile tinerilor”.

4. Dragostea nu trebuie să aibă atât elementul negării, cât să fie caracterizată de pozitivitate; nu sunt necesare atât interdicţiile, cât se cere să evidenţiem elementele pozitive.

5. Îndrumătorul trebuie să fie înzestrat de talentul povestirii a diferite istorioare.

6. Este necesar să instruim corect şi sincer copilul, nu să-i plăsmuim o societate imaginară care nu corespunde realităţii; suntem datori să-i dezvăluim atât pe cele bune, cât şi pe cele urâte ale societăţii, fiind necesar mult realism: „Copilul nu trebuie să aibă un caracter nici foarte moale, nici sălbatic, ci să aibă o gândire bărbătească şi, în acelaşi timp, îngăduitoare”.

7. Pentru educaţia copiilor este necesar mare discernământ din partea îndrumătorului; discernământul constă în faptul de a nu-i dezamăgi pe copii, dar şi să evităm a-i lăsa necorectaţi prin încurajare: „Pe acesta (suflul viu – *thymos* - afectivitatea ca funcţie psihică) nu trebuie nici să-l dezrădăcinăm cu desăvârşire din copil, nici să-i îngăduim să-l folosească oriunde fără

discernământ. Trebuie să instruim tinerii într-un astfel de mod de la o vârstă mică, încât atunci când sunt nedreptăţiţi ei înşişi, să suporte şi să nu se înfurie, iar când văd pe altul că este nedreptăţit, să intervină cu curaj şi să-l sprijine cu mijloacele potrivite".

8. Să venim la problema pedepselor, a mustrărilor, a verificărilor: „Copilul căruia nu i-au fost impuse limitări este profund înşelat în ceea ce priveşte realitatea vieţii. Părinţii ţin acest copil într-un incubator al unei lumi imaginare, iar când va veni în contact cu lumea reală în care există restricţii, va fi cu desăvârşire nepregătit şi incapabil să-i facă faţă".

Psihopedagogia Sfântului Ioan Hrisostom are o prospeţime aparte, fiind validată de contemporaneitate. Regândirea strategiei educaţionale religioase ţinând cont de elementele de ecopsihologie amintite şi inspirându-ne creator din Sfinţii Părinţi va garanta reuşita într-un compartiment existenţial în care nu este nevoie să reconsiderăm valoarea centrală a copilului, întrucât aici dintotdeauna el a fost văzut ca o fiinţă, iar nu ca simplu obiect.

6.3. Persoana privată de libertate. Regăsirea credinţei

Se spune că omul nu preţuieşte libertatea până nu o pierde. Această experienţă o au pe viu persoanele privative de libertate – deţinuţii, care în momentul izolării de societate simt că ceva se prăbuşeşte, că nu mai aparţin nimănui.

Pentru a putea înţelege „mecanismele funcţionării" psihice umane într-un univers al privării de libertate este important, în primul rând, să acordăm persoanelor aflate în această situaţie o minimă şi stringentă asistenţă psihologică şi religioasă. Persoanele

ajunse victime privării de libertate se caracterizează prin:

a) **Instabilitate emotiv-acţională**, trăsătură esenţială a personalităţii insuficient maturizate a infractorului, care evidenţiază carenţele din dezvoltarea personalităţii sale, fiind un rezultat al unei traumatizări timpurii.

b) **Imaturitatea psihică,** reliefată mai ales prin răspunsul la diferiţi excitanţi din mediul ambiant ce acţionează nociv asupra infractorului, determinând o sensibilitate aparte ce apare pe fondul lipsei unor inhibiţii pe linie socială, determinând, în timp, un comportament antisocial şi distructiv;

c) **Inadaptarea socială** (privită cu precădere la infractorul minor) are drept cauză o insuficienţă a maturizării sociale, carenţe educative şi socio-afective legate de grupul de referinţă. Desprinderea de timpuriu de încadrarea pe linia socială are efecte catastrofale, deoarece în această perioadă se stabilesc legăturile temporale de bază, iar dacă nu sunt înlăturate atitudinile antisociale derivate din carenţele educative prin acţiuni nuanţate, centrate pe subiect şi modelate în funcţie de situaţie, se lasă spaţiu naşterii de deprinderi negative care, actualizate în condiţii social-economice nefavorabile, ajung a genera devianţa ce va duce la infracţiune.

Cele menţionate anterior afectează fiinţa umană în întreaga ei complexitate. Astfel, Fl. Gheorghe subliniază în mod expres faptul că „există o relaţie între comportamentul infracţional şi **etapa morală** în care se află o persoană”, dând o importanţă deosebită celor cinci etape ale **dezvoltării morale** propuse de Kohlgerg, şi anume:

1) În **prima etapă** (la vârsta de 4-8 ani), copilul nu are o concepţie morală şi se poartă astfel încât să

evite sancţiunile impuse de cei puternici din jurul său; pedepsele şi teama de a fi etichetat drept „copil rău” explică, la această vârstă timpurie, conduitele corecte;

2) În **a doua etapă** (care are la bază înţelegerea motivelor şi a intereselor altor persoane), acţiunea bună este cea care **ţine cont de interesele personale,** dar şi de cele ale altora. Drept urmare, dorinţele personale (sau ale altora) constituie criteriul acţiunii cerute. (Furtul va fi considerat greşit doar dacă există riscul de a fi prins);

3) A **treia etapă** este centrată pe ideea că un comportament bun este cel care protejează şi menţine o relaţie. Individul caută să fie la înălţimea aşteptărilor persoanelor semnificative;

4) În **a patra etapă** individul consideră că instituţiile sociale stau la fundamentul vieţii în comun şi a relaţiilor cotidiene; drept urmare, ideea de „sistem”, rolurile şi autoritatea sunt valorizate;

5) În **a cincea etapă** persoana consideră ordinea socială ca o ierarhie de valori, de drepturi şi principii pe care se întemeiază orice societate corectă, formată din indivizi raţionali. ***(Fl. Gheorghe, 2003)***

Fiecare etapă morală implică o dezvoltare intelectuală corespunzătoare şi o etapă de adaptare; indivizii care au dobândit precondiţiile intelectuale specifice unei etape ulterioare celei în care se află pot progresa moral printr-o stimulare adecvată. Putem deci identifica o serie de indicatori care fac necesară prezenţa preotului – ca exponent a vieţii spirituale – în instituţii privative de libertate (penitenciare/închisori).

Perceperea preotului de către deţinuţi

Preotul venit în penitenciar este acea persoană care în lăcaşul de cult rezervat special deţinuţilor (şi, eventual, personalului deservent în penitenciar) va sluji pentru toţi cei ce au nevoie: care-l caută pe Dumnezeu

sau care doresc să-l regăsească pe Dumnezeu. Este necesar ca preotul să aibă cunoştinţe de psihologie penitenciară şi de psihologie pastorală, deoarece el se adresează unui anumit tip de creştin, care percepe altfel lumea.

E mare nevoie de îngăduinţă, înţelegere, acceptare, răbdare, pentru a aduce pe calea cea bună un deţinut. Biserica, prin preot, va trebui să fie „clipa de linişte şi de pace” a deţinutului, deoarece întregul lui univers este bulversat şi scara lui de valori este zguduită profund.

În aceste condiţii speciale, preotul trebuie:

a) Să ştie când şi în ce situaţii ajunge deţinutul să apeleze la el, şi mai precis, atunci când ajunge la el, mai crede în ceva sau nu?

b) Să ştie unde se pot purta discuţiile cu deţinutul, unde-l caută acesta pe preot?

c) Să ştie cum să se raportează la deţinut (ca părinte aspru, autoritar, intransigent, sau îngăduitor, indulgent, echilibrat); primează în relaţia lor calitatea de om şi a unuia şi a celuilalt, sau contează doar poziţia de putere pe care preotul o are în situaţia dată?

d) Să ştie de ce este căutat: doar ca să se înscrie la o activitate, sau chiar este nevoie ca sufletul său să-şi regăsească drumul?

e) Să ştie cine sunt, de fapt, aceşti deţinuţi; preotul trebuie să fie interesat să ştie cine au fost ei, ce sunt şi ce vor deveni. În spatele haine de „încarcerat”, se ascunde un suflet cu o istorie aparte, cu un trecut unic şi cu un mare potenţial de viitor.

După stabilirea acestei **minime strategii de cunoaştere şi abordare** a deţinutului, **preotul trebuie să înveţe să comunice şi să relaţioneze cu el în situaţii speciale**. Lucrarea duhovnicească a preotului cu deţinutul se va realiza pornind de la cunoaşterea

particularităţilor sale de vârstă şi de la câteva elemente sugestive legate de personalitatea sa. Preotul nu trebuie să fie cel care **arată cu degetul şi ceartă**, ci acela care înţelege şi ajută, **focalizându-şi atenţia pe deţinut**, iar nu pe propria persoană.

Regăsirea lui Dumnezeu, împăcarea cu sine, recunoaşterea faptei săvârşite, asumarea vinei şi dorinţa de a repara greşeala prin îndreptare, apelând la forţa credinţei, face din misiunea preotului un act de **refacere morală**, ducând la recâştigarea totală şi definitivă a deţinutului prin redarea lui familiei, comunităţii, şi în primul rând, lui însuşi. Aceasta pentru că se va realiza prin lucrarea preotului şi o **restaurare interioară a deţinutului**, rezultatul cel mai preţios al întregii intervenţii pastoral-psihologice.

Deţinutul, în schimb, se poate raporta la preot cu bunăvoinţă, plecând de la premisa că el îşi ispăşeşte greşeala şi se căieşte, dar se poate raporta şi cu autosuficienţă, încrâncenare, duşmănie şi chiar renegare, invocând un raţionament de tipul: „Dumnezeu pe mine nu mă mai iubeşte, şi-a întors faţa de la mine, eu deci de ce să…”.

În aceste condiţii intervenţia pastorală este dificilă, cu atât mai mult cu cât deţinutul şi-a creat o carapace a singurătăţii, a izolării interioare. Privarea de libertate este pentru o persoană umană şi ocazia de a-şi reevalua interior şi testa relaţia cu divinitatea.

Are acum şansa reîntoarcerii la rugăciune şi a revitalizării credinţei; de asemenea, poate dobândi o nouă percepţie a timpului: „şi mâine este o zi”, la care are dreptul; sentimentul de singurătate emotivă poate să dispară în **momentul acceptării dialogului interior cu Dumnezeu**. Nu devine fanatic, dar speră într-un „mâine” mai bun, rugându-se pentru sănătatea şi liniştea sa trupească şi sufletească.

Calea religioasă este o modalitate de a rezista ispitei de a face rău, o formă de **exersare a deţinutului întru bunătate, o metodă de creştere a calităţii lui umane, metoda ideală de a depăşi criza din viaţa sa**, în care a derapat cu acordul propriei sale voinţe. În schimb, coborârea „întunericului spiritual" asupra vieţii cuiva în condiţiile vieţii de penitenciar constituie pentru deţinut o grea încercare. În această situaţie el are nevoie de o călăuză spre drumul luminii, căutând motive pentru „a se iubi" pe sine pe mai departe.

Este loc şi pentru smerenie în legătura deţinutului cu Dumnezeu? **Smerenia este indiciul unui progres al deţinutului în drumul spre Dumnezeu** şi un stimulent special pentru o activitate pastorală mai fertilă a preotului în mediul penitenciar.

6.4. „A fi sau a nu fi"... credincios?

Pentru răspunde la întrebarea hamletiană sus enunţată, este necesar să fotografiem **credinţa şi necredinţa** în specificul lor:

a) Din punct de vedere psihologic, „**credinţa** se manifestă şi se exprimă prin **gesturile, actele şi comportamentele omului**; ea devine **un mod de viaţă**, o modalitate de **exprimare a convingerilor proprii**, de trăire a vieţii cotidiene, nu doar vorbe îngânate „pe post" de rugăciune, cruci făcute în grabă sau participare formală la o Sfântă Liturghie sau la o altă ceremonie religioasă." ***(I. Moldovan, 2001, p. 106)***

b) **Necredinţa** este absenţa credinţei religioase; „necredincioasă" este considerată persoana fără o credinţă religioasă.

Am putea remarca faptul că, asistăm la o „eternă luptă" între cei care spun „da" fenomenului religios (credincioşi) şi cei care spun „nu" oricărei forme de

transcendenţă (necredincioşi). Aceste două poziţionări opuse presupun fiecare o atitudine specifică, moduri de a fi diferite, tipuri diferite de a concepe viaţa; moduri opuse de a înţelege lumea şi sensul existenţei; moduri diferite de raportare ceea ce se află dincolo de cele văzute.

Din perspectivă psihologică se impun următoarele constatări:

a) Prin credinţa religioasă omul are **un raport cu o Fiinţă supranaturală**, transcendentă; este un contact invizibil, interior, o simţire „cu inima" (B. Pascal) a lui Dumnezeu, o experienţă lăuntrică a întâlnirii cu Dumnezeu care lipseşte cu desăvârşire necredinciosului;

b) această Fiinţă transcendentă nu este şi nu poate fi obiectul unei **cunoaşteri strict empirice sau pur raţionale**. Cunoştinţele teoretice elementare religios-teologice ajută la realizarea acestei cunoaşteri, dar nu o garantează; nefiind o cunoaştere cerebrală, specifică altor domenii umane de cunoaştere, ea nu este nici strict raţională, fără a fi însă anti-raţională. Această cunoaştere are însă mai multe etaje, cunoaşte intensităţi diferite.

c) cunoaşterea acestei Fiinţe transcendente, în mod uzual denumită „Dumnezeu", se poate face numai **prin revelarea Acesteia omului**, iar **nu printr-o îndârjită iniţiativă a omului**; Această Fiinţă se dezvăluie prin experienţe mistice şi religioase, care implică o anumită intuiţie din partea omului. „Dumnezeu" se relevă însă unei persoane proporţional cu setea acesteia de a-L cunoaşte. Există grade diferite de cunoaştere a Fiinţei transcendente.

d) Cunoaşterea Fiinţei transcendente **presupune implicit şi iubirea Ei**; **toţi cei care O cunosc, O şi iubesc**. O pot urî doar cei care n-o cunosc. **Odată cunoscută, ea dezarmează, respectiv toceşte potenţialul**

de ură al unui individ şi-l introduce într-o horă a iubirii; el devine tolerant, deschis, îngăduitor cu semenii. De obicei, urmează integrarea respectivului într-o „comunitate de iubire”, respectiv, o comunitate religioasă parohială. Cel care beneficiază de o astfel de experienţă, numită şi „întâlnirea cu Dumnezeu”, dobândeşte o nouă perspectivă asupra existenţei pământeşti: nu se mai teme de moarte, nu mai preţuieşte exagerat de mult lucrurile pământeşti şi posedă o foarte puternică certitudine a prelungirii vieţii de aici dincolo de moarte.

e) Credinţa în Fiinţa Supremă se mai poate defini şi ca **„încredere” în puterea Acesteia şi în intervenţia ei constantă pe pământ.** Credinciosul are convingerea fermă că Fiinţa Supremă nu este distantă, nu este neinteresată de direcţia în care merg lucrurile pe pământ, de dramele şi suferinţele oamenilor. Cu alte cuvinte, nu este nepăsătoare faţă de destinul oamenilor.

f) Credinciosul îşi percepe **propria credinţă ca pe o forţă, ca pe o energie** de care se poate folosi pe cărările acestei vieţi. Astfel, prin credinţă (şi graţie credinţei), el uneori dirijează realităţile din jurul său într-o manieră nevăzută. Cei din jur pot contesta acest lucru, dar el are certitudinea că lucrurile au fost conduse din umbră de Fiinţa Supremă la cererea sa. El proclamă deci, cu tărie, că are o legătură cu Fiinţa Supremă.

g) Credinţa mai poate fi definită ca o **stare de simţire a prezenţei Fiinţei Supreme în lume**; necredinciosul are o experienţă inversă, aceea a unei covârşitoare absenţe, a sentimentului că lucrurile merg la întâmplare înainte. Credinciosul în schimb are calmul specific omului care ştie că lucrurile sunt totuşi ţinute sub control.

Precum orice altă formă de comportament, şi **comportamentul religios are la bază o structură motivaţională**. Împlinirea de sine se realizează în cazul

comportamentului religios fie prin experienţe religioase, trăiri mistice profunde, extatice chiar, fie printr-o adâncă speranţă şi convingere de mântuire.

A. Vergote, într-o analiză psihologică a credinţei şi a necredinţei, amintea faptul că studiul psihologic al alternativei „credinţă-necredinţă" va trebui să identifice ceea ce, în psihicul uman, predispune la receptarea mesajului creştin.

Tipologii de trăire a credinţei

A. Güntern prezintă următoarele tipologii de **trăire a credinţei** ***(I. Moldovan, 2001, p. 143)***:

- **Tipul A.** Credinţa constă într-o călătorie cu Dumnezeu şi este o formă de a coborî istoria divină, supra-temporală, în istoria umană;
- **Tipul B**. Credinţa este o formă de a fortifica dimensiunea comunitară a umanului;
- **Tipul C.** Oamenii integraţi acestei categorii îşi trăiesc credinţa axându-o în mod esenţial pe **dorinţa de unire intimă, personală,** cu Dumnezeu, văzând relaţia cu Dumnezeu după modelul exclusivist conjugal;
- **Tipul D.** Îl aseamănă pe Dumnezeu cu mama lor de care au fost ataşaţi întotdeauna profund; este o relaţie mai puţin de parteneriat, precum cea anterioară, şi mai mult o formă de asigurare a protecţiei;
- **Tipul E.** Îl „percep" pe Dumnezeu ca fiind Bunătatea şi Frumuseţea prin excelenţă, fapt pentru care se raportează dezinteresat la Acesta cu iubire;
- **Tipul F.** Îl percep pe Dumnezeu în Creaţie în primul rând, văzându-L ca pe Cel care ordonează totul şi disciplinează lumea. În cazul acestora Dumnezeu este masculin, un tată autoritar, Care îşi impune voinţa;

- **Tipul G.** Recunoaşte în Dumnezeu un prieten puternic, dar în acelaşi timp îndepărtat, exterior lumii şi puţin prezent în ea.

La celălalt pol, M. Neraud conturează **o tipologie a necredinţei**: ***(I. Moldovan, 2001, p. 123)***

- **Tipul I.** Pentru aceştia viaţa nu are nici un fel de semnificaţie transcendentă, este absurdă, iar scopul ei ar putea fi doar bucuria şi plăcerea, iar acestea se pot obţine după cum crede fiecare de cuviinţă;
- **Tipul II.** Cei din această categorie consideră că a pune problema transcendenţei este ilegitim; pe pământ, obligaţiile pe care ni le asumăm au exclusiv motivaţii imanente, iar farmecul vieţii ar consta tocmai în împlinirea acestor obligaţii impuse de un anumit concept de „valoare”;
- **Tipul III.** Consideră că viaţa exprimă o tensiune spre un scop situat într-o oarecare măsură dincolo de ea, scop căruia nu i se poate preciza cu claritate semnificaţia.

PARTEA A II-A

CONSILIEREA PASTORALĂ

Capitolul 7

Ce este consilierea?

7.1. Conceptul de „consiliere psihologică”
7.2. Conceptul de „consiliere pastorală”
7.3. Conceptul de „consilierea psihopastorală” = spovedanie?

7.1. Conceptul de „consiliere psihologică”

Consilierea constituie o modalitate aparte de comunicare interumană, bazată pe încredere reciprocă, sinceritate şi disponibilitate, născută din dorinţa cuiva de a veni în ajutorul unui alt semen de-al său şi constând într-un transfer de experienţă şi de competenţă spre cel aflat în nevoie, prin acordarea spontană a unor îndemnuri şi sfaturi. Altfel spus, **consilierea** constituie un demers de comunicare cu caracter interactiv şi permisiv, prin care se oferă călăuzire unui semen într-o problemă care depăşeşte competenţele şi puterea de rezolvare a celui căruia i se adresează.

Utilizând un limbaj mai tehnic vom defini **consilierea** drept un proces intensiv de acordare a asistenţei psihologice pentru persoanele normale (în sensul de „sănătoase din punct de vedere psihic”) care doresc să se realizeze la un nivel superior, să se

autodepăşească într-o manieră mai eficientă, să înfrunte cu succes anumite probleme cu care se confruntă, să-şi atingă cu mai mare rapiditate obiectivele şi, în general, să-şi poată desfăşura activitatea cu mai multă coerenţă şi cu maxim randament.

Din punct de vedere terminologic, **consilierea psihologică** focalizează trei idei şi anume:

1) Este **un demers** de transmitere de sfaturi şi informaţii în probleme care depăşesc competenţa celui căruia i se adresează. Este o relaţie inter-comunicativă prin care psihologul, la solicitarea unei persoane care are de înfruntat anumite probleme (de ordin psihologic, cu precădere) pe care nu le poate rezolva singură, este ajutată la găsirea unei soluţii, i se fac anumite recomandări bazate pe informaţiile pe care le deţine psihologul, pe rezultatele investigaţiilor psihodiagnostice efectuate de acesta prealabil, precum şi pe propriile cunoştinţe şi pe experienţa sa anterioară de psiholog practician.

2) Ea mai este **o modalitate** de desfăşurare a asistenţei psihologice integrată în activităţi psihoterapeutice; este un procedeu complementar demersului psihoterapeutic. În aceste cazuri consilierea dobândeşte un caracter mai puţin directiv, conferind mai multă libertate subiectului, urmărind să-l abiliteze pe cel aflat în criză să-şi înţeleagă şi să-şi rezolve singur propriile probleme.

3) Consilierea mai **apare** în situaţii speciale care pun probleme de natură psihopatologică, înainte de a se iniţia anumite demersuri psihoterapeutice.

Dicţionarul Larousse esenţializează demersul nostru clarificator: **consilierea psihologică** reprezintă un act profesional efectuat de un psiholog consultant, în calitate de expert în domeniul vieţii afective sau al vieţii sociale. ***(N. Sillamy, 2006)***

După M. Golu **consilierea psihologică** presupune unitatea a trei secvenţe operaţionale în sens:

a) **informativ-evolutiv** = presupune recoltarea datelor diagnostice relevante pentru caz prin explorări variate, utile şi la stabilirea premiselor relaţiei de consiliere;

b) **formativ-profilactic** = cuprinde demersul de pregătire psihologică a subiectului pentru a înţelege cum poate să abordeze şi să rezolve mai bine propriile probleme; intervenţiile formative pregătitoare pot cuprinde şi demersuri de consiliere a factorilor educaţionali din mediul ambiant al subiectului, pentru a creşte şansele de evoluţie pozitivă a acestuia;

c) **intervenţii terapeutic-recuperative** = cuprind momentul intervenţiilor efective ale psihologului în vederea ameliorării sau înlăturării dificultăţilor subiectului şi a restabilirii echilibrului său adaptativ, şi apare doar în situaţia în care subiectul se apropie de elementele specifice psihoterapiei. ***(M. Golu, 2002)***

De-a lungul timpului, **consilierea psihologică** a beneficiat de o serioasă fundamentare teoretică, pornind de la:

1) Ch. Thomson, care face trimitere la psihologia dezvoltării umane, la psihologia dezvoltării conştiinţei de sine ca structură majoră a personalităţii, la viziunea ştiinţifico-psihologică asupra sănătăţii şi la teoria deciziei; ***(Ch. Thomson, 1992)***

2) I. Holdevici consideră consilierea ca fiind **o psihoterapie suportivă**, iar modelele teoretice ale psihoterapiei suportive pot fi extrapolate la sfera modelelor teoretice privind consilierea; ***(I. Holdevici, 2000)***

3) E. Ivey tratează demersul asistenţei psihologice similar interviului psihoterapeutic sau consiliator; ***(E. Ivey, 1994)***

4) M. Brammer consideră că demersul practic al consilierii presupune succesiunea a zece paşi, corespunzători unor procesualităţi decizionale, cum ar fi:

- Iniţierea relaţiei de comunicare apropiată cu persoana consiliată, stimularea colaborării;
- identificarea şi clarificarea problemelor respectivei persoane;
- determinarea şi analizarea posibilelor alternative în soluţionarea problemelor;
- recoltarea de informaţii;
- studierea implicaţiilor ce decurg din datele obţinute privitoare la subiect şi consecinţele ce pot decurge din punerea în aplicare a diferitelor alternative;
- propria clarificare a consilierului asupra sistemelor de valori ce stau la baza alternativelor pentru care optează;
- reexaminarea scopurilor, obiectivelor şi soluţiilor alternative, precum şi a riscurilor ce pot decurge din adoptarea unora dintre acestea;
- decizia clară cu privire la opţiunea pentru una dintre alternative şi formularea unui plan de acţiune;
- generalizarea celor învăţate pe baza actualului demers de consiliere şi perspectiva folosirii lui la noi situaţii de viaţă;
- testarea demersului parcurs pe baza unor reevaluări periodice, luând în considerare şi eventualele schimbări. ***(M. Brammer, 1989)***

În demersul nostru conceptual am acordat un loc aparte lui Carl Rogers care a analizat cu rigoare etapele procesuale ale consilierii, evidenţiind:

1) **Etapa iniţierii relaţiei de consiliere,** care constituie un moment de o importanţă crucială pentru întreaga durată a consilierii, acum creionându-se structura relaţiei de consiliere şi punându-se bazele

funcţionării optime a raporturilor inter-comunicative. Este momentul de conturare a cadrului fundamental de desfăşurare eficientă a acţiunii de consiliere.

C. Rogers subliniază că o consiliere eficientă trebuie să se fundamenteze pe **o relaţie bine structurată, permisivă**, care trebuie să-l ajute pe subiect să se înţeleagă pe sine însuşi în asemenea măsură încât să fie capabil să facă paşi fermi într-o altă direcţie decât cea care i-a determinat criza, respectiv să dobândească o nouă orientare în viaţă. Pentru aceasta este necesară:

- **stimularea comunicării** deschise, sincere;
- instaurarea unui **climat de înţelegere**, respect şi încredere;
- desfăşurarea liberă a unui interviu psihologic care să permită **recoltarea informaţiilor** despre subiect şi problemele sale;
- stabilirea structurii consilierii, implicit asigurarea premiselor necesare pentru cooperarea deplină între consilier şi persoana consiliată; aceasta din urmă trebuie să conştientizeze specificul demersului iniţiat şi faptul că pentru garantarea reuşitei este absolut necesară **totala ei participare**;
- **asigurarea credibilităţii** necesare şi garantarea **confidenţialităţii** asupra datelor personale.

Relaţia de consiliere va funcţiona optimal dacă comunicarea sinceră, deschisă, va fi însoţită de **înţelegerea empatică a subiectului** şi dacă consilierul va reuşi „să vadă lumea cu ochii” consiliatului şi să surprindă modul în care consiliatul se vede pe sine.

2) **Etapa identificării şi explorării problemelor subiectului.** În această etapă subiectul este ajutat să-şi exploreze şi să-şi înţeleagă propriile probleme, consilierul asistându-l doar, determinându-l

să-şi asume responsabilitatea rezolvării propriilor probleme. Obiectivele acestei etape sunt: a) explorarea şi analizarea fiecărei probleme în parte; b) specificarea naturii problemelor subiectului; c) stabilirea unei liste de priorităţi; d) determinarea gradului de severitate a problemelor acestuia şi selectarea doar a acelora care sunt de competenţa consilierului; e) facilitarea demersului de autoanaliză a problemelor şi a clarificării situaţiilor care au contribuit la geneza lor.

3) **Etapa planificării acţiunilor de rezolvare a problemelor.** Această etapă survine după ce consilierul obţine informaţiile relevante referitoare la caz, bineştiindu-se că nu se iniţiază procesul de intervenţie până ce consilierul nu s-a edificat deplin asupra cazului şi a naturii sale;

4) **Etapa de implementare a soluţiilor** face trimitere la aplicarea în viaţă de către subiect a soluţiilor propuse, lui revenindu-i rolul capital, fiind ajutat de consilier să întrevadă multiplele soluţii determinative şi să aleagă căile accesibile lui, ca beneficiar al întregului demers de consiliere. Încheierea demersului consiliator se realizează doar atunci când consilierul are certitudinea că subiectul s-a deprins să găsească personal soluţii nu doar la vechile probleme, ci şi la eventualele noi probleme ce vor apărea. ***(C. Rogers, 1996)***

A. Băban integrează în **consilierea psihologică şi educaţională** perspectiva umanistă dezvoltată de Carl Rogers. Astfel, problemele psihice nu mai sunt lecturate doar clasic, în termeni de „tulburare” şi „deficienţă”, ci sunt contextualizaţi parametrului mai larg al nevoii de autocunoaştere, de întărire a „Eu”-lui, de dezvoltare personală şi de adaptare. În acest sens, rolul principal nu îi mai revine psihologului văzut ca un super-expert, ci succesul este asigurat de implicarea activă şi responsabilă a ambelor părţi (consilierul şi persoana

consiliată) prin realizarea unei alianţe autentice, bazată pe respect şi încredere reciprocă.

A ajuta şi a credita persoana ca fiind capabilă să îşi asume propria dezvoltare personală, să prevină diversele tulburări şi disfuncţii, să găsească soluţii la problemele cu care se confruntă, să se simtă bine cu sine, cu ceilalţi şi cu lumea în care trăieşte, reprezintă **valorile umaniste** ale consilierii psihologice. ***(A. Băban, 2001)***

Definirea consilierii impune şi accentuarea anumitor caracteristici ce o disting de alte arii de specializare ce implică asistenţa psihologică:

1) **Tipul de persoane cărora i se adresează**. Acestea sunt persoane normale, care nu prezintă tulburări psihice sau de personalitate, nici deficite intelectuale sau de altă natură; prin demersurile pe care le presupune, consilierea ajută subiectul să facă faţă mai eficient stresului şi sarcinilor vieţii cotidiene, îmbunătăţindu-şi astfel calitatea vieţii;

2) **Utilizarea unui model educaţional şi a unui model al dezvoltării** (nu unul clinic şi curativ). Sarcina consilierului este de a deprinde persoana/grupul cu noi strategii comportamentale, să determine subiectul să îşi valorizeze potenţialul existent şi să îşi dezvolte noi resurse adaptative, consilierea facilitând şi canalizând atingerea unui nivel optim de funcţionare.

3) **Preocuparea pentru prevenţia problemelor ce pot împiedica dezvoltarea şi funcţionarea armonioasă a persoanei**. Strategia de prevenţie constă în identificarea situaţiilor şi grupurilor de risc şi în acţiunea asupra lor mai înainte ca acestea să producă efecte negative, declanşând „crize” personale sau de grup.

Procesul de consiliere pune deci accentul pe dimensiunea de prevenţie a tulburărilor emoţionale şi comportamentale, pe cea a dezvoltării personale şi pe cea a rezolvării de probleme.

7.2. Conceptul de „consiliere pastorală”

Comunităţile religioase au încercat şi au reuşit din cele mai vechi timpuri să ofere **soluţii de natură spirituală persoanelor aflate în suferinţă**. În mod exclusiv clericii au fost aceia care s-au ocupat, timp de secole, de problemele oamenilor, cultivând **consilierea duhovnicească, pentru a-i ajuta pe cei care au suferit de tulburări mentale şi emoţionale**. Consilierea spirituală tradiţională continuă să ajute multe dintre aceste persoane. S-a recunoscut totuşi, de câteva decenii încoace, că **în numeroase cazuri este necesar** – pentru ca tratamentul să fie eficient şi intervenţia să fie performantă la maxime cote – **ajutorul unor persoane specializate**.

Legătura intimă dintre **bunăstarea spirituală şi emoţională** a început să primească mai multă atenţie în urmă cu aproximativ 50 de ani, când reverendul Anton Boisen, părintele Mişcării de Educaţie Pastorală şi Clinică, a realizat un program educativ inovativ: cercetarea **legăturilor istorice dintre credinţă şi sănătatea mentală**.

Folosirea religiei şi a psihologiei în scopuri psihoterapeutice a reînceput în anul 1930, prin colaborarea dintre Norman Vincent Peale, un preot celebru, şi Smiley Blanton, un psihiatru de mare calibru, care au format împreună Fundaţia Americană de Religie şi Psihiatrie, astăzi Institutul Blanton-Peale. Cu trecerea anilor, rolul consilierii pastorale a evoluat de la consilierea religioasă sau spirituală la psihoterapia pastorală, care integrează teologia şi ştiinţele comportamentale.

Una dintre principalele realizări ale lui Carl Jung, ca psihanalist şi ca scriitor, a fost **introducerea spiritualităţii în psihologie.** Un alt autor influent,

Abraham Maslow, a introdus **aspectele spirituale în terapie**. William James, primul psiholog american influent, a studiat experienţa religioasă ca expresie a nivelelor de dezvoltare. Psihiatrul Karl Menninger a fost un pionier în integrarea psihologiei şi disciplinelor teologice, deoarece credea în „natura inseparabilă a sănătăţii psihice şi spirituale”, M. Scott Peck, psihiatru, autor de best-selleruri, exprimă cu succes această credinţă în ziua de astăzi.

Asociaţia Americană a Consilierilor Pastorali (A.A.C.P.) a fost fondată în 1963 ca o organizaţie ce autorizează consilierii pastorali, acreditează centrele de consiliere pastorală şi aprobă programele de pregătire. Este o organizaţie interreligioasă, reprezentând peste 80 de grupuri profesionale, incluzând protestanţii, catolicii şi evreii. Nu include secte, dar respectă angajamentele spirituale şi tradiţiile religioase ale acelora care doresc asistenţă, fără să impună consiliatului convingerile religioase ale consilierului. „Este logic ca religia şi psihologia, ambele preocupate de îmbogăţirea experienţei umane, să fie recunoscute drept partenere, deoarece **ele funcţionează ca partenere în psihicul uman**”, spunea dr. Artur Caliandro.

Consilierea pastorală este o formă unică de consiliere care foloseşte în egală măsură **resurse spirituale şi psihologice** pentru a ajuta la vindecarea şi confortul psihic al oamenilor. Ea este oferită de către un consilier pastoral autorizat, care nu este doar un specialist în tulburări mentale, ci are şi o pregătire religioasă profundă.

În SUA, **consilierii pastorali** îşi oferă serviciile în zone ca: tratamentul pentru persoanele suferinde de boli mintale; consilierea pentru adulţi, adolescenţi, copii, familii şi cupluri; programe de binefacere; meditaţie religioasă; călăuzire duhovnicească; pregătire

clinică; oferire de consultanţă unor corporaţii; oferire de servicii preventive pentru cei din închisori, stabilimente militare şi şcoli; oferirea de educaţie comunităţilor etc.

Există astăzi tot mai mulţi oameni care preferă să fie consiliaţi de o persoană exponentă a valorilor spirituale, cerând ca valori religioase să fie respectate şi integrate în procesul de consiliere.

Totodată, comunităţile religioase sunt principalele medii în care indivizii caută asistenţă în caz de: depresie, disperare, conflict marital, dependenţă de alcool şi droguri, violenţă familială, delincvenţă juvenilă şi SIDA.

Astfel, s-a ajuns ca în zilele noastre, la americani (cei la care am făcut remarcile anterioare), consilierea pastorală să meargă mult dincolo de sprijinul sau încurajările pe care le poate oferi o comunitate religioasă prin oferirea unei **terapii psihologice adecvate** care se **integrează în dimensiunea spirituală şi religioasă**.

7.3. Raportul „consiliere psihopastorală” – spovedanie

Ce au în comun aceste două realităţi şi cum interacţionează ele? Este adevărat, ambele presupun o **descărcare a poverii sufletului**, dar, fiecare (consilierea psihopastorală şi spovedania) îşi au palierele lor specifice de acţiune, chiar dacă în multe cazuri tehnicile de abordare sunt comune.

Drept mărturie stă chiar o oarecare similitudine care se poate observa între metodologia de realizare a spovedaniei propusă în cărţile de ritual aflate în uzul clericilor şi tehnica psihanalitică. Nevoia de interiorizare şi desprinderea de realitatea imediată, obţinută de psihanalist prin ambientul anodin şi

relaxant, cu **excluderea terapeutului din câmpul vizual al pacientului**, se realizează şi la spovedanie, prin „izolarea” credinciosului de preot fie printr-un perete despărţitor (specific spaţiului religios romano-catolic), fie **prin acoperirea cu un veşmânt (patrafirul) la ortodocşi** şi crearea atmosferei de intimitate şi interiorizare necesare autoanalizei şi introspecţiei. ***(P. Vintilescu, 1995).***

Cele două realităţi nu trebuie deci confundate sau egalizate, chiar dacă cercetătorul lipsit de simţul nuanţelor va avea această tendinţă, în virtutea similitudinilor existente. Dicţionarul explicativ al limbii române defineşte verbul „a spovedi” astfel „a mărturisi unui duhovnic greşelile făcute, spre a obţine iertarea lor, a mărturisi cuiva o taină, a se destăinui”.

E momentul de a face o anumită distincţie între: a mărturisi greşelile făcute spre a obţine iertarea lor, fapt realizat prin spovedanie, prin care creştinul se şi eliberează de cele rele acţiunea pur imanentă de consiliere psihologică, care îl ajută pe subiect să-şi identifice problema, să-şi planifice acţiunile de rezolvare a ei şi să implementeze soluţii de rezolvare.

Spovedanie are în teologie statutul de **„taină”**, în sensul că ei i se recunoaşte o dimensiune sacramentală, ea presupune o acţiune directă şi nemijlocită a harului divin, respectiv intervenţia unei energii de dincolo de lume în realităţile pământeşti, pe când consilierea psihopastorală nu beneficiază de o încărcătură sacramentală, nu dispune de aceeaşi forţă terapeutică. Cert este că aceste două realităţi se află într-un **raport de complementaritate**.

Trăirile religioase şi sentimentul sacrului diferă de la persoană la persoană, reflectând individualitatea conceptuală şi emotivă a fiecăruia. „Există atâtea feluri

de experienţe religioase, câţi indivizi cu dispoziţii religioase sunt pe pământ”. ***(I. Moldovan, 2001, p. 57)***

Profilul sentimentului religios ajuns la maturitate

a) Este **bine diferenţiat, bogat, complex, organic şi multiform**. Apare şi se stabilizează în urma mai multor discriminări succesive şi a mai multor reorganizări, începute în copilăria târzie sau în adolescenţă. Acceptă întâlnirea cu divinitatea.

b) Are un **caracter dinamic şi derivat**. Poate deriva din tendinţe egoiste, din entuziasme copilăreşti, din tumulturi organice, însă nu este aservit. Întotdeauna **acţionează ca motiv dominant** având o putere motivaţională autonomă printre impulsurile primare, chiar dacă este ataşat unor dorinţe sau este independent. Pe parcurs, **devine o trăsătură dominantă a personalităţii**.

c) Este **coerent şi obiectiv**, adică are urmări în plan moral, depăşind cenzura dintre religie şi moralitate, favorizând **corelarea conduitei cu idealurile** şi **traducând conţinutul personal al gândirii şi al sentimentelor în acţiuni.**

d) Are **un caracter comprehensiv** prin care oferă personalităţii o viziune unitară asupra existenţei universului.

e) Are o **natură integrală**, în sensul că acţionează în modul de a forma **un model omogen** şi tinde să dea viaţă unei concepţii armonice asupra realităţii, ajutând subiectul să răspundă cerinţelor teoretice şi culturale ale timpului, înscriindu-se în contextul ştiinţific în care trăieşte. ***(I. Moldovan, 2001, p. 98)***

Capitolul 8

Abordarea consilierii pastorale

8.1. Identitatea consilierului pastoral

Pentru a-şi onora misiunea, consilierul pastoral trebuie să deţină toate calităţile unui bun consilier psihologic, cărora li se mai adaugă exigenţele speciale existente în raport cu un om performant în „cele ale credinţei” şi bine pregătit din punct de vedere teologic.

În acest context, **consilierul** este o persoană cu o pregătire atât psihologică, cât şi teologică, care în derularea activităţii sale va porni de la convingerea că 1). toate persoanele sunt speciale şi valoroase întrucât sunt unice, create de Dumnezeu din iubire; 2). fiecare persoană este responsabilă pentru propriile sale decizii, şi este liberă, întrucât în ea a investit încredere şi dragoste însuşi Dumnezeu.

C. Rogers expune cinci **puncte principiale** de abordare teoretică a consilierii pastorale:

1. Existenţa unui raport inter-comunicativ între consiliat şi consilier;
2. Prezenţa unei solicitări (explicite sau implicite) de ajutor din partea persoanei consiliate;
3. Sinceritatea şi autenticitatea în raportul consiliat - consilier;
4. Capacitatea consilierului de a-şi exprima atitudinea pozitivă faţă de subiectul abordat;
5. Capacitatea de înţelegere empatică a cadrului de referinţă al consiliatului.

C**onsilierul** trebuie să ajute subiectul să-şi facă lumină asupra propriei probleme conturând

perspectivele ameliorative, familiarizându-l cu demersul de rezolvare.

Dintre obiectivele metodologice ale consilierului pastoral enumerăm: 1. stabilirea unui acord în doi referitor la scopurile principale urmărite; 2. stabilirea unor strategii de acţiune; 3. conştientizarea unei ierarhizări a obiectivelor.

Atitudinea predominantă a **consilierului pastoral** trebuie să fie una de acceptare pozitivă a subiectului. Apropierea caldă, sinceritatea şi naturaleţea comunicării vor contribui la eliminarea reţinerilor sau a blocajelor interioare. De asemenea, se recomandă să se insiste asupra libertăţii depline pe care interlocutorul o va avea în legătură cu subiectele abordate, să-l asculte cu răbdare, ajutându-l să depăşească momentele de tăcere, făcându-l să înţeleagă că el este liber să spună orice despre sine şi nu va fi constrâns să vorbească despre subiecte pe care nu doreşte să le abordeze.

În mediile bisericeşti este vehiculat uneori (totuşi, rar) şi termenul de **consilier pastoral terapeut**. Despre această identitate, literatura de specialitate laică oferă mai puţine referinţe. Ea îl vizează în general pe consilierul psihologic teolog cu competenţe psihoterapeutice. În general, sunt extrem de puţine persoanele care au reuşit să dobândească o triplă competenţă (preot, psiholog şi medic psihiatru) validată ştiinţific prin dobândirea unor licenţe universitare.

Irina Holdevici identifică câteva stiluri eronate de consiliere, care îl pândesc şi pe consilierul pastoral neexperimentat.

a) Stilul bazat pe **aderarea non-conflictuală**, caracteristic unei persoane care găseşte o singură modalitate de rezolvare a problemei şi merge pe această direcţie chiar dacă rezultatul este dezastruos; în cadrul consilierii este vorba de o persoană care crede cu tărie

într-o anumită teorie psihologică şi o aplică nediferenţiat, indiferent de situaţie;

b) Stilul bazat pe **schimbarea non-conflictuală,** caracteristic consilierului care îşi modifică rapid ideile, adesea fără a reflecta prea mult, acesta adoptând o atitudine eclectică, fără a avea un motiv bine întemeiat s-o facă;

c) Stilul de decizie **defensiv-evitant** este caracteristic persoanelor care neagă problemele sau, pur şi simplu, refuză să se aplece asupra lor. Consilierii care aparţin acestui tip, nu reuşesc să-i determine pe interlocutorii lor să-şi analizeze suficient de profund problemele şi, de regulă, se comportă suspect de amabil;

d) Stilul de decizie **hipervigilent** caracterizează persoana care este conştientă de multitudinea posibilităţilor existente, dar care este, în acelaşi timp, anxioasă şi preocupată de a nu fi omis vreun element important; aceşti consilieri sunt excesivi de stresaţi şi de stresanţi;

e) Stilul **vigilent,** considerat a fi cel mai eficient pentru consilierea psihologică, se caracterizează prin aceea că persoana este suficient de motivată şi activată pentru a se angaja în sarcini cognitive de luare de decizii, dar niciodată atât de motivată încât supra-activarea să-i afecteze eficienţa cognitivă, iar consilierul vigilent va fi permanent dispus şi deschis şedinţelor de psihoterapie. ***(Irina Holdevici, 1996, p. 120)***

Atenţia consilierului pastoral trebuie să se centreze pe credincios, acesta fiind cel asupra căruia se acţionează, care trebuie să beneficieze de intervenţia consiliatoare. Propria personalitate trebuie să fie disciplinată, altminteri îl poate eclipsa pe interlocutor periclitând întreaga acţiune de consiliere.

8.2. Profilul consilierii individuale şi de grup

Pentru a-şi atinge scopul, consilierea psiho-pastorală trebuie să răspundă solicitărilor credinciosului astfel încât consilierul să influenţeze în mod pozitiv evoluţia evenimentelor viitoare.

De aceea, cunoaşterea şi apoi aplicarea **principiilor codului deontologic al psihologului consilier** ridică ştacheta valorii autentice şi a celui care practica consilierea pastorală. Dintre principii amintim**:** **1.** păstrarea caracterului confidenţial al datelor obţinute în urma întâlnirii; 2. consilierul trebuie să fie conştient de propriile limite; 3. evitarea solicitării excesive a unor detalii irelevante; 4. subiectul trebuie permanent tratat cu respect, blândeţe, onestitate şi o atitudine de totală acceptare. ***(I. Holdevici, 1996, p. 21)***

Practic, consilierul pastoral va porni în abordarea credinciosului de la identificarea fără dubiu a problemei respectivului (1), elaborarea unor soluţii alternative (2); opţiunea pentru o anumită alternativă şi implementarea ei în practică. ***(I. Holdevici, 1996, p. 22)***

A. Băban formulează astfel etapele intervenţiei: 1. **definirea problemei; 2. descrierea problemei** (manifestarea ei comportamentală, cognitivă şi emoţională); 3. **identificarea posibililor factori de apariţie şi dezvoltare a problemei** (pas indispensabil în eliminarea ei); 4. **identificarea factorilor de menţinere şi de activare a problemei; 5. planul de intervenţie** (cuprinde totalitatea modalităţilor de realizare a intervenţiei, etapele formulării planului fiind mai multe: formularea obiectivului de lungă durată, formularea obiectivelor specifice şi a strategiilor de intervenţie). **6. evaluarea intervenţiei.**

În ceea ce priveşte consilierea de grup, G. Ionescu subliniază faptul că structura trebuie să cuprindă

aproximativ zece membri, dintre care, în general şase, să formeze un nucleu de grup cu participare constantă, absolut necesar coeziunii interpersonale; ceilalţi vor constitui o „zonă” intermediară, probabil cu prezenţă inconstantă şi slabă adeziune. ***(G. Ionescu, 1990)***

Din punct de vedere metodologic, consilierul pastoral trebuie să ţină cont şi de **vârsta** participanţilor (să fie relativ apropiată), **sexul** lor (grupul poate fi mixt sau nu, acest lucru depinzând de atitudinea participanţilor şi de tematica şedinţei), de **nivelul socio-cultural şi individual** (impediment sau stimulent la gradul de angajare a unora), **locul şi ambianţa sălii** (ambianţa, gradul de iluminare, comoditatea mobilierului, distanţa de o lungime de braţ dintre piesele de mobilier etc.), **atmosfera activităţii** (plăcută, caldă, garantând încredere şi siguranţă, dovedind preocupare din partea consilierului), **prezenţa la întâlnirile de consiliere** (prin instituirea, prin comun acord, a unor reguli interne ale grupului, respectate ca atare), **ritmicitatea şedinţelor** (săptămânal, menţionându-se că e bine a respecta aceeaşi zi, acelaşi loc, aceeaşi oră), **durata întâlnirilor** (între 60-120 minute, în medie 90 de minute/mai ales la grup), n**umărul întâlnirilor (**între minim două şi maxim 50, în funcţie de problematica supusă atenţiei).

Consilierul pastoral trebuie să respecte anumite exigenţe: nu începe terapia fără o analiză temeinică şi complexă a problemei; nu începe singur, ci în conlucrare cu subiectul interesat; nu abordează probleme intime din prima şedinţă; nu dă lecţii de moralitate, nu ţine „predici” de la început; nu spune „sunt mai multe cazuri cu aceeaşi problemă”; discută orice aspect al terapiei cu consiliatul; se axează pe problemă.

8.3. Instrumente abilitate acţiunii de consiliere pastorală

O consiliere pastorală pertinentă nu poate face abstracţie de fundamentele psihologice specifice consilierii în general. Vom prezenta strategiile propuse de Carl Rogers (o consiliere centrată pe persoană) şi Ablert Ellis (o consiliere raţional-emotiv comportamentală).

* * *

a) **Carl Rogers** propune un model de consiliere pastorală în care în centrul atenţiei se află persoana celui consiliat; tocmai de aceea o numeşte şi „centrată pe persoană". El este foarte atent la forţele motivaţionale esenţiale ale consilierii, întrucât acestea constituie energiile interioare care-i decid destinul final. În esenţă, acesta este modelul teoretic al **consilierii centrate pe persoană**. Modelul se integrează în marea categorie a abordărilor experienţial-umaniste, distingându-se prin:

1. Se acordă **o mare autonomie şi independenţă subiectului consiliat**, plecându-se de la premiza că acesta este apt să se înţeleagă pe sine;

2. Demersul de consiliere este „centrat" pe subiect în sensul că acesta deţine **rolul principal**, consilierul fiind doar un facilitator al relaţiei; relaţia constituie o şansă pentru consilier de **determinare a unor transformări constructive în dezvoltarea personalităţii subiectului** consiliat;

3. Spre deosebire de alte modelele (dinamice/psihanaliza, comportamentale etc.), consilierea centrată pe persoană **acordă un rol important factorilor afectivi, emoţionali** şi modului în care persoana consiliată **se percepe pe sine**; consilierul are obligaţia să se auto-situeze în punctul de vedere al consiliatului;

4. Consilierea centrată pe persoană acordă **o mai mare importanţă trăirilor prezente,** în comparaţie cu cele legate de trecut („istoria cazului”);

5. Relaţia consiliat-consilier este considerată drept cadrul esenţial, determinator pentru demersul şi soarta finală a consilierii.

Carl Rogers este cel care a introdus termenul tehnic de „**persoană total funcţională**”. O astfel de persoană este caracterizată prin: deschidere spre experienţă, cu abilitatea de a percepe lumea cu obiectivitate; ea este raţională, aptă să dea curs tendinţelor fireşti de realizare, nedefensivă; se angajează în procesul existenţial al vieţii; are **încredere în sine** şi în sistemul personal de valori; este capabil să înţeleagă şi să interpreteze în mod adecvat experienţele sale de viaţă; îşi asumă responsabilitatea pentru propriul comportament; este capabilă să accepte propriile diferenţe; este aptă să stabilească raporturi creative cu mediul înconjurător; îi poate accepta pe ceilalţi ca individualităţi unice; este în măsură să trăiască sentimentul demnităţii personale, respectul şi preţuirea de sine; îi poate aprecia pe ceilalţi; poate relata deschis despre propriile experienţe.

De asemenea, Carl Rogers introduce **paradigma schimbării** în abordarea personalităţii şi consideră ca **un scop complementar al consilierii, pregătirea persoanei pentru schimbare**, pentru adaptarea la schimbare, pentru a face faţă unor mutaţii viitoare, rezultând termenul de „**persoana de mâine”.** Astfel, acest tip de persoană se caracterizează prin: deschidere către lume; dorinţă pentru autenticitate; dorinţă de a se împlini ca fiinţă; aspiraţie spre intimitate; grijă pentru ceilalţi; aspiraţii spre valori spirituale.

Unul din scopurile consilierii este acela de asigurare a premiselor pentru dezvoltarea resurselor interioare care să asigure eficacitatea adaptativă a persoanei.

b) **Albert Ellis** elaborează o concepţie asupra raţionalităţii comportamentelor umane, analizând principalele **tipuri de idei sau credinţe iraţionale** care pot avea un anumit **potenţial autodistructiv** şi care se impun a fi identificate, analizate şi depăşite sau înlăturate prin consiliere. Aceste idei şi convingeri iraţionale pot avea un impact profund negativ asupra vieţii oamenilor, generând conduite disfuncţionale şi multă nefericire.

În concepţia sa, fiinţa umană urmăreşte în mod esenţial trei obiective fundamentale de viaţă cum ar fi: 1. **supravieţuirea; 2. evitarea suferinţei; 3. asigurarea unui nivel rezonabil de satisfacţie**, la acestea trei adăugându-se alte scopuri secundare, care fac trimitere la tendinţa de a obţine o „stare de bine" în diferite momente ale vieţii: să se simtă confortabil cu el însuşi; să se simtă bine în relaţiile sale personale mai intime; să atingă starea de bine în comunitatea socială; să atingă starea de bine în muncă; să atingă starea de bine în activităţile de timp liber, de ordin creativ, de relaxare.

Cunoscut prin „**Teoria ABC asupra personalităţii**", bază a abordării emotive de tip comportamental, Ellis identifică trei puncte:

A = reprezintă evenimentele „sursă" de viaţă şi entuziasm;

B = reprezintă convingerile fundamentale cu care operează omul, ideile şi „credinţele" prin intermediul cărora el percepe religia (aceste idei sau credinţe pot fi raţionale sau iraţionale);

C = reprezintă consecinţele emoţionale şi comportamentale determinate de modul în care omul percepe şi interpretează situaţiile de viaţă, în perspectiva convingerilor sale;

Totodată A. Ellis consideră că, în mod esenţial, **starea de bine** a omului este generată mai mult de ideile sau credinţele sale, de perspectiva pe care şi-o face asupra unor evenimente, decât, propriu-zis, de respectivele evenimente de viaţă.

Scopul central al acestei consilieri ar fi **formularea unor convingeri raţionale,** inteligente, garant al unei vieţi sănătoase; un alt scop ar fi deprinderea consiliatului de a se orienta într-o manieră matură pe parcursul acestei vieţi, ştiind interpreta cu inteligenţă evenimentele, controlându-şi emoţiile, totul concretizându-se într-un model raţional de comportament, cu o filozofie adecvată de viaţă.

În accepţia lui Albert Ellis, etapele consilierii sunt: 1. lămurirea subiectului asupra modului în care **anumite conduite proprii sunt iraţionale** şi demonstrarea raportului ce există între anumite credinţe iraţionale şi problemele pentru care a solicitat consiliere; **2. identificarea credinţelor sale iraţionale** şi a modului în care ele îi perturbă conduitele şi demonstrarea faptului că problemele sale sunt menţinute şi chiar intensificate de unele dintre aceste credinţe (tocmai de aceea ele trebuie înlăturate); **3.** realizarea de către subiectul consiliat a unor acţiuni asistate de consilier în vederea abandonării ideilor iraţionale şi **construirea unui model de gândire a comportamentului raţional**; **4. extinderea dezbaterilor dincolo de graniţele ideilor constante** la subiectul consiliat, astfel încât să pregătim subiectul pentru formularea unei noi filosofii, sănătoase, de viaţă.

Atât Carl Rogers cât şi Albert Ellis au demonstrat o înţelegere aparte a consilierii psihologice, având o viziune perfect integrabilă sistemului teologic-pastoral, lipsită de asperităţi sau incongruenţe incompatibile cu viziunea creştină de ansamblu promovată în mediile bisericeşti.

8.4. Locul şi rolul „ascultării” în consilierea pastorală

Conceptul psihologic de „ascultare” (utilizat frecvent pe parcursul acestui capitol) nu trebuie confundat cu conceptul monahal de „ascultare” din mediile ecleziastice. Conceptul monahal de „ascultare” face referinţă la datoria călugărului de a se supune fără a comenta, analiza sau negocia o decizie a superiorului, întrucât aceasta este inspirată de însuşi Dumnezeu şi este sursă de pace interioară pentru el; conceptul psihologic de „ascultare” va fi analizat minuţios în cele ce urmează.

Consilierul pastoral trebuie să-şi exerseze **abilitatea de a asculta**, adică de a sta în prezenţa consiliatului pentru a-l auzi depănându-şi frământările, nedumeririle, tulburările interioare, având o atitudine deschisă, îngăduitoare, pozitiv-„absorbantă”. Astfel va dobândi informaţia necesară înţelegerii cazului respectiv, va recepta cu obiectivitate mesajul transmis de interlocutor, va crea sentimentul unei cooperări fructuoase cu consiliatul şi va garanta o atmosferă de reciprocitate destinsă.

Dacă consilierul ştie să asculte, atunci îi va încuraja pe ceilalţi, va obţine informaţii complete, netrunchiate, îşi va ameliora relaţiile cu ceilalţi, va rezolva problemele, va beneficia de o mai bună înţelegere a oamenilor.

Zece principii ar trebui să ne călăuzească pe drumul desăvârşirii abilităţii noastre de „a asculta”: **1. Fiţi pregătit să ascultaţi,** încercaţi să vă gândiţi mai mult la ceea ce vorbitorul încearcă să spună, decât la ceea ce aţi dori dumneavoastră să spuneţi; **2. Fiţi interesat,** căci orice mesaj venit din partea interlocutorului poate fi nu doar interesant, ci relevant pentru cazul studiat; **3. Arătaţi-vă interesat,** puneţi-vă în locul celui care vorbeşte; **4. Păstraţi-vă mintea deschisă;** nu trebuie să vă simţiţi ameninţat de acele mesaje care vă contrazic convingerile, atitudinile, ideile şi valorile, deci, nu faceţi aprecieri pripite; **5. Urmăriţi ideile principale;** Este esenţială abilitatea de restructurare a mesajului, a limbajului folosit, iar tendinţa vorbitorului de a se repeta nu trebuie să vă bulverseze; **6. Ascultaţi critic,** fiţi imparţial, fapt care vă va ajuta să cântăriţi cu atenţie valoarea dovezilor şi structura logică a mesajului; **7. Ascultaţi cu atenţie,** atenţia poate fi fluctuantă şi selectivă, de aceea, încercaţi să nu vă lăsaţi distras de altceva; **8. Luaţi notiţe,** ascultaţi cu atenţie şi notaţi după ce a terminat vorbitorul; **9. Ajutaţi vorbitorul,** prin gesturi discrete care dau vorbitorului certitudinea că este ascultat, iar mesajul său este recepţionat; **10. Nu-l întrerupeţi pe vorbitor;** ascultarea este un proces de autocontrol, iar un bun ascultător nu încearcă să întrerupă comunicarea.

În aceeaşi categorie a abilităţilor speciale se numără şi capacitatea consilierului pastoral de a-şi **structura interviul**. A. E. Ivey porneşte în realizarea interviului de la respectarea a cinci paşi, sub forma interogaţiilor adresate credinciosului: **1. Petreceţi un anumit timp pentru stabilirea unei relaţii solide cu interlocutorul?** (Timpul „consumat” cu sudarea unei relaţii va da roade pe măsură); **2. Conturaţi simultan în mintea dumneavoastră faptele, sentimentele şi modul**

de organizare al respectivei probleme? (Dacă v-aţi focaliza atenţia doar asupra uneia dintre aceste dimensiuni, veţi pierde date de valoare); 3. **Dumneavoastră sau cealaltă persoană, aveţi un scop în minte sau doar staţi de vorbă? (**Dacă nu ştiţi înspre ce vă îndreptaţi, s-ar putea să ajungeţi în altă parte); 4. **Permiteţi celeilalte persoane să-şi exprime complet propriile idei, înainte de a-i oferi dumneavoastră sfaturi sau sugestii?** 5. **Sugeraţi acţiuni specifice de control periodic, astfel încât noile idei să fie puse în aplicare mai înainte de a fi uitate?**

După ce sunt realizate segmentele descrise anterior, consilierul pastoral va trebui să-l determine (pe baza încrederii pe care credinciosul a dobândit-o în el) **să-şi spună povestea;** ascultându-l, va trebui să demonstreze că deja este exersat în următoarele **abilităţi:**

1) Abilitatea **de a-şi determina** interlocutorul să-şi spună povestea în limbajul propriu şi din perspectiva proprie. Consilierul va putea urmări modul în care acesta îşi organizează relatările.

2) Abilitatea **de a genera** un număr infinit de răspunsuri. Consilierul nu trebuie să fie obsedat de găsirea răspunsului „corect" sau „optim", ci trebuie să se găsească „un răspuns al inimii", respectiv să fie foarte flexibil;

3) Abilitatea **de a demonstra** deprinderi de influenţare pozitivă;

4) Abilitatea **de a conduce** un interviu bine structurat;

5) Abilitatea **de a se angaja** într-un antrenament asertiv. Este important ca interlocutorul să fie determinat să vorbească despre sine într-o manieră echilibrată, nefiind nici prea blând, nici prea agresiv.

Metodologic, prima etapă a ascultării urmăreşte să-l ajute pe consiliat să-şi selecteze, să-şi ordoneze

logic faptele şi sentimentele şi să le organizeze. Consilierul pastoral se va folosi de întrebări deschise şi închise, de încurajări minimale, parafrazări, sumarizări, pentru a-l ajuta să-şi sorteze faptele şi sentimentele.

A doua secvenţă o reprezintă **căutarea pozitivă,** respectiv identificarea aspectelor pozitive din relatarea consiliatului, a competenţelor şi a forţei interioare a acestuia. Dacă se va realiza chiar o listă a acestor calităţi, un prim element al unui plan de interacţiune de viitor s-a realizat. ***(A. E. Ivey, 2002)***

Capitolul 9

Exercitarea actului de consiliere pastorală

9.1. În familie
9.2. În şcoală
9.3. În comunitate (biserică, spital, penitenciar, ONG-uri etc.)

9.1. În familie

Familia, „celula de bază a societăţii”, constituie un inevitabil punct de reper pentru fiecare individ. Cultivarea unui adevărat cult al familiei poate constitui secretul salvării omului din toate punctele de vedere. Respectul reciproc între soţi, părinţi, bunici etc., are un efect profilactic în faţa izbucnirii vijelioase a crizelor. El face ca „fisurile” familiei să nu se transforme în „prăpăstii”.

Este bine să fie reconsiderat locul şi rolul fiecărui membru al familiei precum şi rostul intervenţiei consilierului pastoral, vocaţia acestuia de „umăr“ de îmbărbătare şi compasiune atunci când ceva anume tulbură pacea căminului. El trebuie să readucă echilibrul într-o familie, ştiind să reconfere credit respectului reciproc într-o familie.

Înainte de a ajunge la familie, avem de-a face cu un „cuplu” în care dragostea este proclamată liant al unităţii. După căsătorie, copilul va uni şi mai mult destinul celor doi, soţia se transformă în mamă, iar soţul, la rândul său, devine tată, noile responsabilităţi transfigurându-le statutul.

În literatura de specialitate, părinţii sunt grupaţi în cinci categorii: echilibraţi, indiferenţi, exageraţi, autoritari şi inconsecvenţi.

1. Copilul părinţilor **echilibraţi** are drepturi şi obligaţii egale cu ceilalţi membri din familie şi participă intens la viaţa întregii familii; într-o astfel de familie se oferă dragoste, dar se şi pretinde responsabilitate. Copilul va avea deci încredere în sine, se va şti autocontrola; va fi fericit, prietenos, echilibrat din punct de vedere emoţional, iar în raport cu ceilalţi, va stabili uşor relaţii de prietenie, având mari şanse de reuşită în viaţă, precum şi perspective de a fi generos şi fericit.

2. Copilul părinţilor **indiferenţi.** Cu acest tip de părinţi copilul se va izbi frontal de o atitudine frecventă de neglijare şi respingere, în spatele căreia se ascunde un mesaj de tipul: „Nu eşti şi nici nu ai fost dorit!"; astfel, i se refuză cele mai elementare drepturi, este des pedepsit, ridiculizat, izolat. Drept urmare, copilului îi este serios afectată stima de sine, acesta simţindu-se inferior şi nesigur, fără valoare, iar în relaţiile cu alţi copii va fi brutal, răzbunător, arţăgos şi chiar agresiv fără motiv, suportând cu greu neacceptarea ce survine din partea celor din jur.

3. Copilul părinţilor **exageraţi.** În acest caz, copilul este crescut într-un climat de seră, nu are obligaţii, nu i se anticipează dorinţele, el fiind privat chiar şi de activităţile ce le-ar putea realiza şi care i-ar face bine. Drept urmare, în contactul cu ceilalţi copii, întâmpină greutăţi având tendinţa de a deveni pasiv, lipsit de iniţiativă şi incapabil de autoapărare, făcând din refugiul în visare calea de a evita contactul cu realitatea;

4. Copilul părinţilor **autoritari** este solicitat la o ascultare totală, interzicându-i-se să-şi asume răspunderi şi iniţiative, fiind astfel împiedicat să-şi dezvolte capacităţile de decizie şi de acţiune; îi este subminată

încrederea în sine şi independenţa, astfel încât va deveni supus, modest, ascultător, resemnat, incapabil de a lua autonom vreo decizie. În consecinţă va fi nefericit şi ostil, cu toate că frecvent demonstrează loialitate, onestitate şi corectitudine.

5. Copilul părinţilor **inconsecvenţi.** În acest caz copilul este profund derutat, deoarece părinţii oscilează între autoritate şi pasivitate, între indiferenţă şi tutelă, fiind solicitat să opteze pentru anumite poziţii într-o dispută, iar în altă dispută, să se situeze pe poziţii contrare; va fi, deci, instabil, nesigur, uşor de atras şi influenţat de persoane rău intenţionate.

Mia Kellmer Pringle consideră că dezvoltarea armonioasă a personalităţii copilului se realizează atunci când el beneficiază de dragoste şi de securitate, de experienţe noi, de apreciere şi stimă, de responsabilitate şi autonomie. Iată zece sfaturi ideale:

1) Oferiţi copilului o mare parte din timpul dumneavoastră; jocul cu copilul şi citirea de poveşti sunt mult mai importante decât un menaj bine făcut;

2) Dăruiţi-i copilului experienţe noi şi comunicaţi cu el permanent;

3) Oferiţi-i copilului îngrijiri permanente şi fiţi coerenţi într-o atitudine afectuoasă, ceea ce este de o importanţă imensă pentru sănătatea lui spirituală, la fel cum alimentaţia corectă este esenţială pentru sănătatea corpului;

4) Stimulaţi-l să se joace, singur sau cu alţi copii, fapt ce-i va dezvolta spiritul de explorare, intuiţia şi creativitatea;

5) Felicitaţi-l atunci când eforturile lui sunt încununate de succes;

6) Oferiţi-i şansa unor responsabilităţi din ce în ce mai mari, deoarece simţul responsabilităţii se dezvoltă doar prin activităţi practice;

7) Fiind mic, adaptaţi-vă comportamentul la caracteristicile vârstei lui;

8) Atunci când nu sunteţi de acord cu comportamentul copilului, manifestaţi-vă dezaprobarea ţinând cont de temperamentul, vârsta şi capacitatea de înţelegere a lui;

9) Nu-l ameninţaţi cu pierderea dragostei sau cu abandonul; trebuie să respingeţi un anumit comportament al copilului, dar nu pe copil însuşi;

10) Nu aşteptaţi recunoştinţă, deoarece copilul nu şi-a solicitat naşterea.

Pot reprezenta aceste sfaturi un început în actul de consiliere a familiei, unde **problema** unuia dintre membri poate fi indiciu al unei crize de ansamblu a familiei respective.

Copilul necesită consiliere, în special educaţională şi psihopastorală, în cazurile care sunt greu de suportat **singur:** deces în familie, divorţul părinţilor, părăsirea familiei de către unul dintre părinţi, plecarea în străinătate a unuia sau ambilor părinţi, propria abandonare, toate având un impact emoţional enorm asupra lui.

Nu numai copilul, dar şi **părinţii** lui (mama-tata; soţul-soţia) pot avea nevoie de consiliere pastorală, deoarece pot apărea nenumărate probleme profesionale şi familiale.

9.2. În şcoală

Şcoala, ca factor educaţional, îşi pune amprenta în situaţii şi forme diferite pe atitudinea şi comportamentul copilului. Considerăm că, acolo unde şcoala nu beneficiază de psiholog şcolar şi/sau consilier şcolar, **consilierul pastoral** se poate implica în actul

educaţional al copilului devenit elev, ţinând cont de particularităţile sale de vârstă.

Vorbind despre prezenţa consilierului pastoral la nivelul şcolii, considerăm că acesta s-ar putea raporta, cu rezultate pozitive, în ceea ce priveşte **a) abuzul emoţional** (în mediul şcolar) şi **b) disciplinarea pozitivă** (să disciplinezi fără să răneşti).

a) Abuzul emoţional este un comportament inadecvat al adultului faţă de copil având efecte negative asupra personalităţii în formare a acestuia. Ca forme distincte ale abuzului emoţional, putem enumera: **respingerea** (adultul îndepărtează copilul de el, refuză să-i recunoască valoarea sau legitimitatea nevoilor); **izolarea** (copilul nu are posibilitatea stabilirii unor contacte sociale sau este izolat într-o zonă fără interacţiuni sociale); **terorizarea** (copilul este ameninţat verbal, intimidat şi înfricoşat cu „arme" fizice şi psihologice); **degradarea** (este tratat ca şi inferior, umilit şi depreciat, privat de demnitate); **coruperea** (este încurajat şi îndrumat să desfăşoare acte antisociale care conduc la comportamente criminale şi sociale neacceptate); **exploatarea** (este folosit în avantajul şi pentru profitul adulţilor); **negarea răspunsului emoţional** (adultul în grija căruia se află copilul, ignoră sau neglijează copilul, inclusiv din punct de vedere emoţional).

Se poate remarca şi faptul că, la baza abuzului emoţional se află şi câţiva **factori psihologici** care-şi pun amprenta pe anumiţi părinţi. Astfel, părinţii pot fi **cu personalitate rigidă** (1), lipsiţi de căldură şi empatie faţă de copil; imaturi afectiv (2), fapt ce dezvoltă mecanisme de dependenţă faţă de partenerul conjugal, neglijându-se copilul; **surmenaţi (3)** întrucât au fost supuşi unor stresuri multiple (divorţuri, conflicte

maritale, decese, schimbări de domiciliu, etc.); **cu expectaţii nerealiste**, supradimensionate faţă de comportamentele copilului (4); au avut **tulburări de ataşament în copilărie**, devenind adulţi – anxioşi – evitanţi (5); au diverse **forme de psihopatie**, aparţinând categoriei de personalităţi antisociale sau histrionice.

Copilul abuzat emoţional va evolua în viaţă dezvoltând: teamă, fobii, amintiri obsesive, sentimente de insecuritate şi de vinovăţie. Realităţi din copilărie precum frica, critica, cearta, jignirile, umilirea, interdicţiile, obligarea şi ameninţarea vor determina o destructurare a personalităţii copilului.

Cum va recunoaşte consilierul pastoral, un copil/elev abuzat emoţional? În primul rând, abuzul emoţional are efecte asupra dezvoltării somatice şi psihice, manifestate a) **somatic** (pierderea apetitului, tulburări ale somnului, coşmaruri); b) **comportamental** (apariţia apatiei, a izolării, a evitării relaţionării cu ceilalţi, a negativismului, ostilităţii şi agresivităţii); şi prin **dificultăţi la nivel cognitiv** (deficit de intelect, dezinteresul pentru îndeplinirea sarcinilor şcolare, randamentul şcolar scăzut).

Chiar dacă mulţi consideră că este aberant să afirmi că **şcoala este un mediu de abuz emoţional**, totuşi, statisticile fac această afirmaţie parţial plauzibilă. S-a ajuns la această remarcă observându-se că folosirea unei pedepse riscă un abuz fizic şi emoţional, grefate amândouă pe stări de insecuritate a copilului, anxietate, teamă şi îngrijorare.

Ca şi factori de risc de care consilierul pastoral ar trebui să ţină cont ar fi: insuficienta cunoaştere (şi nerespectarea) de către cadrele didactice a drepturilor copilului; perpetuarea modelului educaţional punitiv; supraîncărcarea programei şcolare; condiţii necorespunzătoare de exercitare a actului educaţional;

numărul redus de cabinete de consiliere şcolară; legătura defectuoasă între şcoală şi familie; prezenţa în spaţiul şcolii a grupurilor cu potenţial delictogen şi slaba implicare a celor responsabili în protecţia copilului.

b) Disciplinarea pozitivă presupune exersarea copilului în respect, rigoare, deprinderea comportamentului sănătos, în paralel cu eliminarea comportamentului inadecvat. „Disciplinarea pozitivă constituie o bază pentru adaptarea copilului la cerinţele ulterioare ale vieţii de adult şi ea presupune implicarea activă a copilului în procesul de învăţare a unor comportamente. Copilul trebuie să interiorizeze regulile stabilite împreună cu părintele, fără a fi nevoie ca acesta să i le impună prin constrângeri exterioare sau să i le reamintească de fiecare dată." ***(A. Botiş – A. Tărău 2004, p. 84)***

Disciplinarea pozitivă merge deci mult dincolo de simpla abordare a comportamentelor problematice, vizând încurajarea unor atitudini adaptative şi deprinderea unor comportamente, segmentul deseori neglijat atunci când se vorbeşte despre creşterea şi educarea copiilor.

Disciplinarea pozitivă versus **pedeapsă**

Pentru a înţelege disciplinarea pozitivă o vom pune în antiteză cu pedeapsa.

1. Pedeapsa se exprimă prin **puterea autorităţii**, copilul fiind forţat să adopte un anumit comportament, pe când disciplinarea pozitivă exprimă o realitate a ordinii sociale, o urmare firească a comportamentului inadecvat;

2. **Pedeapsa este arbitrară**, adică este aplicată după bunul plac al părintelui, fără să aibă o legătură logică cu un comportament inadecvat, pe când

disciplinarea pozitivă este asociată în mod logic cu comportamentul inadecvat;

3. **Pedeapsa se adresează persoanei, nu comportamentului** şi presupune judecata morală a „făptaşului”, putând duce la atitudini sau comportamente de răzbunare din partea copilului, pe când disciplinarea pozitivă se adresează comportamentului nu persoanei şi nu implică judecata morală, permiţând copilului acceptarea ideii că s-a comportat inadecvat, având dorinţa de a se schimba;

4). **Pedeapsa se concentrează asupra comportamentelor anterioare** amintind mereu copilului de greşelile făcute, acesta învăţând doar ceea ce nu trebuie să facă şi nu ceea ce ar trebui să facă, pe când disciplinarea pozitivă ajută copilul să înveţe ceea ce va trebui să facă într-o anumită situaţie, fără a-l face să se simtă umilit pentru „nereuşita” lui;

5. **Pedeapsa ameninţă făptaşul cu pierderea respectului sau a iubirii**, copilul simţindu-se în asemenea situaţii, prost, pe când prin disciplinarea pozitivă părinţii îi transmit copilului că este acceptat şi iubit, în pofida comportamentului său inadecvat;

6) **Pedeapsa cere supunere, implicând şi folosirea forţei**, copilul învăţând că poate obţine ceea ce doreşte dacă domină prin agresivitate, pe când disciplinarea pozitivă permite libera alegere;

7) Pedeapsa **poate încuraja comportamentul indezirabil**, în cazul în care este folosit de către copil pentru a atrage atenţia părinţilor, chiar dacă aceasta presupune ca părintele să-l certe, pe când disciplinarea pozitivă stimulează şi comportamentul dorit, nefiind orientată doar spre comportamentele problemă. ***(A. Botiş – A. Tărău 2004, p. 77)***

9.3. În comunitate (ONG-uri, spital, penitenciar etc.)

Activitatea de consiliere pastorală se desfăşoară nu doar în biserică, familie şi şcoală, ci şi în comunitate, în general, respectiv în ONG-uri, spitale, penitenciare etc.

a) Fie că sunt sau nu înfiinţate la nivel de episcopii ONG-urile pot solicita „serviciile" consilierului pastoral. În momentul în care acest fapt survine, consilierul pastoral e obligat să-şi întocmească un program de intervenţie psiho-pastorală care să includă: 1. cunoaşterea caracteristicilor grupului „ţintă" căruia i se adresează (vârstă, sex, diagnostic); 2. strategia psihoterapeutică necesar a fi aplicată; 3. locaţia şi ambientul în care se va desfăşura consilierea psiho-pastorală; 4. cazuistica subiectului; 5. problematica supusă investigaţiei psihologice.

O exigenţă aparte a intervenţiilor în ONG-uri o reprezintă munca în echipă, formată de regulă din: medic, asistent social, preot/consilier pastoral, psiholog, deoarece subiectul, pentru recuperarea sa bio-psiho-socială integrală are nevoie de o intervenţie complexă, multidimensională şi profesionistă sub toate aspectele. Aceasta poate fi garantată doar printr-un program particularizat, coerent şi bine închegat, la care-şi aduc contribuţia toţi specialiştii disponibili.

b) Este mai mult decât benefică prezenţa preotului în spitale, care atunci când clinica are dimensiuni considerabile, trebuie secondat de un consilier pastoral. Fie că are amenajat un spaţiu special de intervenţie psiho-pastorală, fie nu, consilierul pastoral trebuie să fie alături de bolnav în momentele critice, cu precădere în clipele „pre-" şi post-operatorii.

Conform deontologiei profesionale, el nu trebuie să se angajeze în discuţii cu conţinut medical (tratament, diagnostic etc.) pentru care nu este abilitat.

El nu se pronunţă asupra bolii, nu garantează vindecare, dar contribuie la confortul psihic al bolnavului, comunică cu acesta, depune eforturi pentru crearea unei atmosfere optime pentru însănătoşirea lui.

c) Pentru reuşita intervenţiilor psihopastorale în penitenciar este absolut necesară întocmirea unui plan anterior de acţiune, plan integrat într-un program de durată cu deţinuţii. Intervenţiile sporadice, făcute neprofesionist şi neritmate, nu vor avea rezultate vizibile şi nici nu vor conferi preotului consilier satisfacţia muncii îndeplinite. Actul de consiliere se desfăşoară în condiţii speciale (loc, timp, atmosferă) şi de aceea comunicarea şi relaţionarea cu deţinutul sunt esenţiale pentru reuşita iniţiativei. Consilierul pastoral nu asigură eliberarea deţinutului, ci-l ajută să depăşească situaţiile „problemă”, „cu” Dumnezeu, dându-i acestuia siguranţa că în frământările sale nu este singur.

Capitolul 10

Noţiuni generale de psihoterapie

10.1. Elemente de identitate psihoterapeutică

După Irina Holdevici, **psihoterapia** „se bazează pe supoziţia conform căreia, chiar în cazul unei patologii de tip somatic, modul în care individul îşi va percepe şi îşi evalua starea, precum şi strategiile adaptative la care va recurge, joacă un rol deosebit în stimularea sau inhibarea tulburărilor.” ***(I. Holdevici, 1996, p. 145)***

Watson consideră **psihoterapia** drept o acţiune planificată şi intenţionată, având la bază un sistem teoretic conceptual bine pus la punct, exercitată de către un psihoterapeut calificat (psiholog sau medic) asupra unui pacient. Ea utilizează metode şi acţiuni specifice şi nu se poate confunda cu simpla acţiune caldă şi simpatetică pe care o exercită, la nivelul empiric, o rudă, un preot paroh sau un prieten foarte apropiat.

Psihoterapia se aplică la o gamă largă de tulburări psihice, „începând cu crizele existenţiale, tulburările din sfera personalităţii, nevrozele, afecţiunile psiho-dinamice, bolile organice cronice şi terminând cu susţinerea psihoterapeutică a unor pacienţi psihotici aflaţi în fază de remisie, unde vine în completarea tratamentului psihiatric.” ***(Ibidem, p. 146)***

Nu beneficiază de tratament psihoterapeutic deficienţii mintali care sunt incapabili să înţeleagă sensul interpretărilor realizate de psihoterapeut şi să ajungă la descoperirea cauzelor şi soluţiilor propriilor lor probleme, cât şi acele persoane care nu reuşesc să

realizeze un contact uman acceptabil (unii psihopaţi, psihoticii, dar mai ales, schizofrenicii).

P**sihoterapia vizează** în principal următoarele:

1. Scoaterea pacientului din criza existenţială în care se află;
2. Reducerea sau eliminarea simptomelor;
3. Întărirea eu-lui şi a capacităţilor integrative ale personalităţii pacientului;
4. Rezolvarea sau restructurarea conflictelor intrapsihice ale pacientului;
5. Modificarea structurii personalităţii în vederea obţinerii unei funcţionări mai mature, cu o capacitate de adaptare eficientă la mediu;
6. Reducerea (sau chiar înlăturarea) acelor condiţii de mediu care produc sau menţin comportamentele de tip dezadaptativ;
7. Modificarea opiniilor eronate ale subiecţilor despre ei înşişi şi despre lumea înconjurătoare;
8. Dezvoltarea la subiecţi a unui sistem clar al identităţii personale;

Psihoterapia nu se adresează doar persoanelor bolnave, din contră, ea **reprezintă un tratament psihologic** şi pentru omul sănătos aflat în dificultate (căruia îi conferă confort lăuntric şi o mai bună sănătate), celui cu dificultăţi de relaţionare (pe care îl ajută la o mai bună integrare), celui suferind somatic (pe care îl conduce spre alinare), celui alienat (căruia îi dezvoltă capacitatea de orientare în viaţă şi de resocializare). ***(G. Ionescu, 1990)***

Privită dintr-o asemenea perspectivă, psihoterapia, prin metodele sale, se va îndrepta spre rezolvarea conflictului intrapsihic în contextul unei relaţii transferenţiale imaginare şi frustrante, cât şi la adaptarea la realitatea curentă în contextul unei alianţe terapeutice reale şi gratificante.

Evaluarea succesului psihoterapiei cuprinde trei criterii principale: **1. trăirea subiectivă a pacientului** (dispariţia simptomelor: se simte mult mai bine, e mai mulţumit, mai fericit, mai împăcat cu sine); **2. recunoaşterea socială** (progrese realizate de pacient în familie, la învăţătură, în profesie etc.); **3. materializarea expectaţiilor psihoterapeutului** în ceea ce priveşte modificările realizate în sfera personalităţii şi în comportamentul subiectului.

Obiectivele psihoterapiilor pot fi atât **imediate** (1), şi vizează starea de sănătate a pacientului (urmărind: eliminarea anxietăţii; reducerea simptomatologiei specifice; rezolvarea unor probleme limitate; realizarea unei clarificări într-o zonă circumscrisă de conflict), cât şi de **perspectivă (2)**, orientate asupra reorganizării personalităţii şi ameliorării comportamentului. Acestea din urmă au în vedere: reducerea intensităţii conflictului, întărirea defenselor şi a capacităţilor integrative; reorganizarea structurilor defensive; modificarea conflictelor inconştiente, fundamentale; redistribuirea mai mult sau mai puţin profundă a investiţiilor afective, în vederea unei dezvoltări armonioase a personalităţii; modificarea organizării personalităţii în direcţia funcţionării adaptative şi mature. ***(G. Ionescu, 1990).***

Psihoterapia este limitată în timp şi are obiective clar definite, **reuşita** ei fiind condiţionată de respectarea anumitor etape ce-o premerg şi anume: a) stabilirea diagnosticului; b) efectuarea interpretării psihologice; c) cunoaşterea tehnicilor propriu-zise de intervenţie; d) structurarea relaţiei terapeutice, empatice, congruente, de colaborare, de acceptare necondiţionată a subiectului.

Deci, psihoterapiile se pot adresa marii majorităţi a tulburărilor psihosomatice, este important să compartimentăm: felul terapiei aplicate; grupul „ţintă”;

tehnicile de lucru aplicate; obiectivele urmărite; evaluarea (făcută pe baza rezultatelor obţinute).

Psihoterapia poate acoperi întreg cursul cronologic al existenţei umane, începând cu vârsta de 4-5 ani şi terminând cu o vârstă de peste 60 de ani. Ea ţine însă cont nu doar de vârstă, ci şi de compatibilitatea şi acceptul subiecţilor pornind de la dictonul medical „Primo, non nocere.” *(„În primul rând, să nu faci rău.”)*

10.2. Identitatea terapiilor scurte

În lucrarea noastră ne vom opri doar asupra următoarelor terapii scurte: **cognitive, cognitiv-comportamentale, centrate pe persoană; suportive; de susţinere; a realităţii; logoterapie,** eficienţa lor fiind legată de modul în care trebuie rezolvate situaţiile „problemă”.

1) Terapia cognitivă (T.C) vizează **modificarea stilului particular de gândire** a cuiva; subiectul terapiei trebuie conştientizat de caracterul distorsionat şi eronat al convingerilor sale, şi condus spre o evaluare realistă a situaţiei, prin confruntarea directă cu realitatea.

Terapia cognitivă este esenţial pragmatică şi empirică, punctul ei de plecare fiind reprezentat de observarea atentă şi exhaustivă a tuturor situaţiilor în care survin problemele. Subiectul trebuie ajutat să-şi conştientizeze propria disfuncţie psihică.

2) Terapia cognitiv-comportamentală (T.C.C) se fundamentează pe ideea că, pentru a schimba un comportament sau un mod de gândire, trebuie să încerci să afli cum au fost deprinse acestea, determinându-l pe interlocutor să le înlocuiască cu altele.

În terapia cognitiv-comportamentală totul este centrat pe „aici” şi „acum”, ea fiind orientată spre

dobândirea unor noi comportamente în confruntarea cu problemele actuale, învăţând subiectul să-şi însuşească modele normale de comportament. Ea are drept scop ajutorarea subiectului să găsească soluţii la problemele sale şi să gândească mai raţional. Principiul de bază al acestei terapii postulează faptul că modul în care cineva se comportă este determinat de felul în care interpretează o situaţie imediată.

3) Terapia centrată pe persoană porneşte de la premisa că oamenii sunt esenţialmente buni, scopul ei fiind acela de a-l face pe subiect să se împace cu sine însuşi şi să-l ajute să-şi clarifice perspectivele asupra problemelor pe care le are, dobândind o mai profundă înţelegere a acestora.

Factorul cheie al terapiei centrate pe persoană (sau „rogersiană”, de la Carl Rogers) este faptul că **subiectul îşi poate controla tot mai mult destinul**, găsind soluţii satisfăcătoare la problemele sale, încercând să se accepte pe sine, având puterea şi motivaţia de a se ajuta singur, devenind mai deschis la noi experienţe şi perspective, mai bine integrat, ajungând în final a se **accepta pe sine**.

4) Terapia suportivă este impusă de o anumită decompensare psihologică prezentă la subiecţii aflaţi în criză; în aceste situaţii susţinerea lui emoţională este absolut necesară. Evaluarea problemelor reale şi controlul reacţiilor la ele va ajuta subiectul să-şi rezolve problemele, iar în cazul în care acest lucru nu este posibil, va fi învăţat să se detaşeze de ele.

5) Terapia de susţinere vizează şi obţine o înlăturare a simptomelor, prin întărirea măsurilor de apărare şi dezvoltarea mecanismelor de control. Încearcă să ajute subiectul să-şi înţeleagă problemele cotidiene, urmând totodată să-l facă mai adaptativ şi mai

tolerant în cazurile în care dezvoltarea personalităţii lasă de dorit.

6) Terapia realităţii pedalează pe ideea că subiectul nu se poate ajuta decât singur, îmbunătăţindu-şi relaţia prezentă devenită o problemă. În acest cadru se evită pe cât posibil trecutul, insistându-se pe relaţia actuală, determinând subiectul să înţeleagă importanţa propriilor decizii şi calea stăpânirii problemelor ivite.

7) Logoterapia este un concept introdus de Victor Frankl, care face trimitere la o metodă de tratament prin care terapeutul îl îndrumă pe pacient **să-şi descopere propriul sens al vieţii.**

Această metodă terapeutică pune mare accent pe descoperirea de către subiectul în criză a unui sens ce constituie coloana vertebrală a întregii sale vieţi. Forumul care realizează acest lucru este conştiinţa individuală, pentru că numai la nivelul ei se poate descoperi o semnificaţie care să transceandă scopurile mărunte, imediate, fragmentate de pe parcursul vieţii cuiva.

Pentru V. Frankl scopul fundamental al religiei îl constituie mântuirea sufletului, pe când scopul logoterapiei este acela al îngrijirii şi al vindecării sufletului. Sensul şi responsabilitatea sunt două noţiuni esenţiale ale metodei de tratament propuse de Frankl.
(I. Moldovan, 2001)

10.3. Valoarea terapiilor ocupaţionale

După V. Preda, **terapia ocupaţională** este ştiinţa de a dirija pozitiv maniera de participare curentă a omului la îndeplinirea anumitor sarcini, cu scopul de a restabili, a susţine şi a spori performanţa, de a uşura învăţarea unor abilităţi şi funcţii esenţiale pentru adaptare şi productivitate, de a diminua sau corecta

aspectele patologice şi de a promova şi menţine sănătatea.

„Terapia ocupaţională se bazează pe organizarea unor servicii specifice pentru acei indivizi ale căror capacităţi de a face faţă sarcinilor de zi cu zi sunt ameninţate de tulburări de dezvoltare, infirmităţi fizice, boli sau dificultăţi de natură psihologică şi socială.” ***(V. Preda, 2003, p. 10)***

De asemenea, cunoscând importanţa **terapiei ocupaţionale** ca demers de recuperare în situaţii speciale şi nu numai, este necesar a sublinia faptul că, în momentele de activitate, se poate stimula dezvoltarea sentimentelor de cooperare şi întrajutorare, a spiritului de autocontrol, subiecţii găsind satisfacţii şi împliniri în ceea ce fac.

Din compartimentul terapiilor ocupaţionale cu impact benefic asupra consilierii pastorale menţionăm: **ergoterapia, meloterapia, art-terapia, expresia verbală/povestea terapeutică**.

1) **Ergoterapia** are ca scop crearea unor obiecte şi, eventual, deprinderea unor tehnici de lucru, cu scopul readaptării psihosomatice. În această categorie se poate integra orice activitate de muncă manuală cu rol educativ, realizată cu scop terapeutic pe o anumită perioadă de timp. Ocupă un loc important în terapia ocupaţională „educaţia terapeutică a abilităţilor”, respectiv preocuparea deprinderii unor abilităţi (deprinderi manual-profesionale) care să-l conducă în final pe subiect la prestarea efectivă a unei munci.

În cadrul ergoterapiei subiectul este participant activ, iar activitatea se poate realiza individual sau în grup, cuprinzând trei **obiective principale:** a) recuperarea totală sau parţială a capacităţii de muncă, asigurându-i beneficiarului o autonomie economică şi socială; b) încadrarea sau reîncadrarea profesională şi

socială a subiectului; c) amplificarea procesului de maturizare. ***(V. Preda, 2003, p. 10)***

2) **Meloterapia** vizează utilizarea muzicii ca instrument terapeutic pentru a menţine, a restabili sau a ameliora sănătatea mintală, fizică şi emoţională a persoanei. De-a lungul anilor muzica a suscitat o serie de interpretări privind capacitatea ei de a crea o anumită stare sufletească. Există două domenii în muzicoterapie: muzicoterapia receptivă bazată pe audiţie şi muzicoterapia activă bazată pe expresia muzicală şi pe creativitate.

„Utilizarea muzicii ca metodă terapeutică trebuie făcută raţional, ţinând cont de impactul psihologic al diferitelor structuri muzicale asupra subiecţilor. Meloterapia este indicată fie în cadrul unei relaţii duale, fie în cadrul unui grup mic.” ***(V. Preda, 2003, p. 13)***

În cazul copilului, meloterapia produce o relaxare emoţională, surprinzând în structura sa, două secvenţe: prima constă în identificarea tipului de muzică preferată de copil, observând-o pe cea care-i face plăcere, dar şi pe cea ce-l agasează, enervează, indispune; a doua constă în provocarea copilului la o discuţie comună privind motivaţia alegerii muzicii respective.

Pornind de la muzica ritmată la cea lentă, cu text sau fără text, copilul reuşeşte să-şi exteriorizeze trăirile afective, detensionându-se emoţional, controlându-şi comportamentul. Activitatea terapeutică poate fi corelată şi cu alte elemente de ergoterapie sau art-terapie, realizându-se o complexă exprimare afectivă.

Art-terapia se doreşte a fi o „psihoterapie prin mediere artistică”. Dintre termenii utilizaţi ca fiind echivalenţi, amintim: psihoterapie artistică, terapie de expresie, psihoterapie de creativitate. Art-terapia este o modalitate de psihoterapie mediată prin producţii

vizual-plastice (picturale, grafice, de modelaj, sculptură, măşti, colaje etc.) şi prin alte moduri de exprimare artistică (muzică, poezie, teatru, dans, expresii corporale). ***(V. Preda, 2003, p. 16)***

Artterapia este o formă de psihoterapie cu expresii plastice, diferenţiindu-se de ergoterapie şi de terapia ocupaţională. În artterapie se utilizează un produs singular, conceput liber şi personalizat, indicându-se adesea şi o verbalizare secundară. Psihoterapia cu expresii plastice permite o exprimare imediată a unor trebuinţe sau dorinţe ale subiectului, făcând să intre în joc operaţii mintale proprii inconştientului.

Întregul demers conceptual amintit anterior demonstrează că artterapia conferă posibilitatea realizării unei detensionări emoţională care se declanşează desenând sau pictând. Subiectul se simte mult mai relaxat după o asemenea şedinţă, mai ales când ea este întregită de discuţiile ce se poartă pe marginea conţinutului.

4). **Expresia verbală - povestea terapeutică** nu face altceva decât să transmită, pe baza celor relatate, o experienţă de viaţă, o stare de fapt, care să aibă un rol în găsirea unei soluţii, implicând „povestitorul” cu întreaga sa personalitate. Faţă de basmul terapeutic (o altă modalitate de „expresie verbală”) povestea terapeutică se distinge printr-o manieră mai incisivă, mai directă de exprimare a faptelor şi printr-o superioară forţă de impact a acţiunii personajelor invocate, asupra beneficiarului intervenţiei terapeutice.

Povestea terapeutică trebuie să ţină cont de particularităţile de vârstă ale celui căruia i se adresează (copil sau adult). Cuvântul are o putere aproape „magică”, el poate vindeca, are o forţă „terapeutică”. Povestea terapeutică, prin nararea faptelor, „comprimă”

la maxim experienţe de viaţă, cu scopul de a semnala o stare de fapt şi a atenua o criză.

Povestea terapeutică se povesteşte, (se spune), nu se citeşte. Ea trebuie să fie liantul dintre trup şi suflet, gând şi gestică, trăire şi exprimare. Ea nu poate fi spusă de către oricine, oriunde şi oricum. Pornind de la un caz real sau fantastic, povestea terapeutică îşi îndeplineşte menirea de atenuator al durerii şi al suferinţei.

Ea are drept scop **activarea unor resurse vitale** pentru a învinge frica, neliniştea, neputinţa, nesiguranţa şi pentru a redescoperi speranţa şi şansa. Ea reuşeşte să schimbe percepţia despre lume a subiectului, constituind un instrument preţios de acţiune terapeutică, scoţând la iveală emoţii şi sentimente ce riscă să rămână ascunse în inconştient: angoase, frici, dorinţe, obsesii, culpabilităţi, invidii. Scopul metaforelor este de a-l ajuta pe subiect să-şi concilieze propriile pulsiuni cu cerinţele realităţii externe şi cu regulile societăţii în care trăieşte.

Conţinutul alegoriilor nu este necesar să şi „placă" sub aspectul estetic, dar dacă ele reuşesc să aibă şi această calitate este meritoriu. Adeseori, dintr-o istorioară metaforică subiectul va percepe prea puţin la nivel conştient şi mult mai mult la nivel inconştient, realizându-se o paralelă între intrigile din poveste şi propriile sale probleme. Beneficiarul va avea mai târziu o revelaţie („insight") cu privire la mesajul poveştii, iar acest moment temporal va coincide cu începutul vindecării.

Poveştile terapeutice sunt utile pentru toate categoriile de subiecţi, indiferent de vârstă şi nivelul de şcolarizare. Precum am menţionat, povestea terapeutică nu se citeşte, ci se relatează, tonul vocii, intensitatea, amplitudinea, mimica şi gestica fiind variabile în funcţie de situaţie. Astfel psihoterapeutul devine un actor care joacă mai multe roluri, starea transpunere în rol fiind

esenţială pentru reuşita în transmiterea şi depistarea mesajului poveştii terapeutice.

Povestea terapeutică nu trebuie explicată. Dacă facem această imprudenţă din necunoaşterea algoritmului poveştii terapeutice şi încercăm să răspundem la eventualele nedumeriri realizând o „traducere" comună a mesajului ei, riscăm să avem neplăcuta surpriză de a reduce drastic potenţialul ei terapeutic asupra inconştientului, provocând deliberat rezistenţe şi obiecţii, cu rezultate inhibante ameliorării stării asupra subiectului nostru.

Suportând şi alte rigori metodologice, povestea terapeutică este aplicată cu bune rezultate şi cerută de multe ori, chiar de către subiect, deoarece o percepe ca fiind mai aproape de sufletul său, regăsindu-se conştient sau inconştient în acţiunea narării. În acest context, ingredientele de bază în terapia prin poveste la adult sunt: optimismul; gândirea pozitivă; dorinţa de vindecare; autovindecarea; rezolvarea de probleme.

Din toate adultul trebuie să înveţe să fie un bun supravieţuitor, iar povestea terapeutică poate o metodă în realizarea acestui fapt. „Ceea ce contează este părerea ta despre propria persoană. Trebuie să găseşti în viaţă acel rol care ţi se potriveşte, după care să renunţi la a mai juca teatru; profesia ta este aceea de „a fi", ne aminteşte Quentis Crips în piesa sa, „Funcţionarul gol" ***(M. D. Paşca, 2004).***

Acceptarea de sine, credinţa, iertarea, pacea şi iubirea, sunt trăsături care, pentru fiecare dintre noi, pot defini, la un moment dat, spiritualitatea. Aceste caracteristici se întâlnesc întotdeauna la cei care reuşesc să se vindece atât sufleteşte cât şi trupeşte, după logica: „Cred în soare – chiar şi când nu străluceşte, / Cred în iubire – chiar şi când ea nu se arată, / Cred în Dumnezeu – chiar şi atunci când nu vorbeşte."

Capitolul 11

Specificul psihoterapiei mistice

11.1. Ce este psihoterapia ortodoxă?
11.2. Metodologia psihoterapiei ortodoxe
11.3 Calităţile preotului psihoterapeut
11.4. Sănătatea sufletului
11.5. Boala sufletului

11.1. Ce este psihoterapia ortodoxă?

Pe lângă obiectivul soteriologic cunoscut, creştinismul este şi **o realitate psihoterapeutică,** având drept scop vindecarea interioară a omului. Tocmai această identitate aparte a creştinismului conferă teologiei (creştine) valenţe de ştiinţă psihoterapeutică. ***(Vlachos, 1998)***

11.2. Metodologia psihoterapiei ortodoxe

Un mare adevăr asupra căruia atrage atenţia H. Vlachos, este acela că doar păstrând „dreapta credinţă”, păstrând adeziunea la credinţă ortodoxă, omul poate **să-şi păstreze nealterată puterea de a conştientiza doza de patologic care i s-a înfiltrat în fiinţă.** Abandonând ortodoxia, i se corupe simţul evaluării corecte a situaţiei proprii şi nu mai poate conştientiza gravitatea maladiei care l-a cuprins. ***(Vlachos, 1998)***

Sfântul Maxim Mărturisitorul observă că „numai cine a cunoscut slăbiciunea firii omeneşti a simţit experienţa puterii dumnezeieşti. Unul ca acesta, izbutind prin ea în unele lucruri, iar în altele silindu-se să izbutească, **nu va dispreţui niciodată pe nici un om**”.

Prima calitate a unui preot psihoterapeut este deci **sensibilitatea inimii, delicateţea interioară**, calităţi fără de care nu se poate lăsa înduioşat de durerea celui în suferinţă, nu poate vibra la chinul semenului său.

Preotul psihoterapeut îşi poate exersa calităţile sale duhovniceşti prin asceză (efortul uman de subordonare a voinţei proprii, voinţei lui Dumnezeu). Asceza este calea disciplinării de sine a „doctorului de suflete”, este calea creşterii sale duhovniceşti. „Nevoinţa stăruitoare în înfrânare şi dragoste, prin răbdare şi linişte, scoate patimile înrădăcinate în noi”.

Cuviosul Nichita Stihatul, ucenicul Sfântului Simeon Noul Teolog, ne oferă, la rândul său, o mărturisire preţioasă în acest sens. Întrucât omul are **cinci simţuri**, cinci sunt şi practicile ascetice: privegherea, studiul, rugăciunea, înfrânarea şi isihia. Ascetul trebuie să îmbine cele cinci simţuri cu aceste practici: 1. **văzul** cu **privegherea; 2. auzul** cu **studiul; 3. mirosul** cu **rugăciunea; 4. gustul** cu **înfrânarea; 5. pipăitul** cu **isihia**. Cel care reuşeşte acest lucru „îşi curăţă repede mintea sufletului său şi subţiind-o prin acestea, o face nepătimitoare şi clarvăzătoare”.

1) **Privegherea** este un procedeu terapeutic ascetic care ne ajută să ne purificăm şi să ne tămăduim de patimi. Sfântul Ioan Scărarul ne îmbie la binefacerile privegherii, prin exemplul monahului priveghetor: „Ochiul care priveghează purifică mintea. Somnul îndelungat învârtoşează sufletul. Monahul priveghetor este duşmanul desfrânării, pe când somnorosul s-a însoţit cu aceasta. Privegherea este curmarea înfocării şi izbăvirea inimii, păzitoarea gândurilor, mistuitoarea mâncărurilor, îmblânzirea duhurilor, înfrânarea limbii, izgonitoarea nălucilor. Monahul priveghetor este un pescar al gândurilor care, în liniştea nopţii, pot fi observate cu uşurinţă şi stăpânite”.

2) **Studiul** este îndeletnicirea ziditoare de suflet a lecturii de cărţi duhovniceşti. Cărţile duhovniceşti cuprind experienţa utilă a sfinţilor care înaintea noastră au parcurs acelaşi traseu sfinţitor pe care noi înşine ne silim acum să-l parcurgem. Modelul sfinţilor este unul de referinţă, iar experienţa lor se găseşte sintetizată în scrierile duhovniceşti care trebuie lecturate cu migală, spre folos duhovnicesc.

3) I**sihia** este liniştea necesară pentru a ne întoarce „în sine" şi a vorbi cu Dumnezeu; ea purifică simţurile şi inima omului, el ajungând să-L cunoască pe Dumnezeu. Putem vorbi despre o **isihie a trupului** (care presupune o retragere a omului în locuri mai nepopulate şi stăruinţa de a reduce la minimum reprezentările lumii exterioare, percepute de simţuri şi transmise sufletului sub forma agitaţiei şi a forfotei: „Începutul liniştirii este ieşirea din lucruri şi din griji" – ne avertizează Sfântul Grigore Sinaitul) şi o **isihie a sufletului** (care presupune capacitatea minţii de a nu accepta ispitele şi de a se concentra asupra inimii, prin trezvie şi smerenie. Energia omului converge spre locul inimii, locul esenţei, însoţindu-se cu ea şi dobândind astfel o cunoaştere parţială sau integrală a lui Dumnezeu. Sf. Ioan Scărarul aprecia că **liniştea sufletului** „este ştiinţa gândurilor şi cugetarea neîmpărtăşită; iubirea de isihie (linişte) este o hotărâre vitejească şi neînduplecată care, veghind fără dormitare la poarta inimii, ori ucide, ori alungă gândurile rele care se apropie".

4) **Înfrânarea** nu face referire – cum pare la prima vedere – doar la ţinerea sub control a instinctelor trupeşti, ci vizează **disciplinarea tuturor tendinţelor corporale umane** (mâncarea, tendinţa spre desfătare a ochilor, a auzului, opţiunea constantă şi exclusivistă pentru confort fizic etc.). Experienţa Sfinţilor Părinţi demonstrează că dacă un instinct trupesc nu-şi găseşte

exprimare naturală, va avea loc un binefăcător transfer corespunzător de energie în alt plan al vieţuirii omeneşti. Afectele firii pământeşti umane pot deveni izvoare de energie sublimată, utilizabilă la alt etaj existenţial.

5. R**ugăciunea** este metoda cea mai eficientă de vindecare a bolilor sufletului, căci „mare este harul care coboară în sufletul celui ce se roagă”. Vladimir Lossky vede rugăciunea ca pe „o vorbire reală cu Dumnezeu”.

I. Mânzat evidenţiază faptul că în rugăciune se realizează pe deplin ceea ce constituie esenţialul trăirii mistice; recunoaşterea misterului, raportul viu cu acesta şi insistenţa pe caracterul său transcendent. În rugăciunea autentică se realizează pe deplin sinergia dintre speranţă, iubire şi credinţă. Rugăciunea este o speranţă care ajunge la comuniune cu iubirea şi credinţa. ***(I. Mânzat, 1997)***

Dintre multele gânduri, cugetări şi reflecţii referitoare la rugăciune existente, o pomenim pe cea aparţinătoare Sfântului Ioan Gură de Aur: „Rugăciunea este slujbă adusă lui Dumnezeu şi deci sărbătoare, pentru că se face în inimă. Rugăciunea este fundament al sufletului, pentru că în ea este Hristos, ipostasul firii omeneşti”.

Vl. Lossky notează faptul că există o **rugăciune activă,** cea a cuvintelor, şi o **rugăciune contemplativă,** fără cuvinte, în care inima se deschide în tăcere înaintea lui Dumnezeu.

Tot I. Mânzat vorbeşte despre cea mai performantă formă de rugăciune, **rugăciunea mintală sau meditaţia**. Omul „se roagă în afara rugăciunii” şi ajunge la pacea desăvârşită, la liniştea absolută, la repaosul total. Este „tăcerea minţii” care este mai presus de rugăciune. Într-un sens mai general al cuvântului, orice **prezenţă** a omului în faţa lui Dumnezeu este o

rugăciune. Dar trebuie ca această prezenţă să devină o atitudine statornică; rugăciunea trebuie să devină permanentă, neîncetată, ca suflarea cu baterea inimii.

Dumitru Stăniloae apreciază că „Rugăciunile sunt nervii sufletului, căci precum trupul e susţinut laolaltă prin nervi şi prin ei se mişcă în chip unitar, persistă şi îşi menţine tăria, iar dacă îi taie cineva pe aceştia desface toată armonia trupului, tot aşa şi sufletele se armonizează şi se susţin laolaltă prin rugăciune şi prin ele străbat drumul evlaviei. Deci, dacă te lipseşti de rugăciune, faci ca şi cum ai scoate peştele din apă. Precum apa e viaţa peştelui, aşa îţi este ţie rugăciunea. Precum acela trăieşte prin apă, aşa şi noi putem să ne înălţăm la ceruri şi să ajungem aproape de Dumnezeu, prin rugăciune”. ***(D. Stăniloae, 1992)***

11.3. Calităţile preotului psihoterapeut

Potrivit Sfântului Teognost, preotul trebuie să ia aminte să nu se umple de învăţături omeneşti, ci să fie plin de har: „Ia seamă să nu fi plin de predaniile cele de la oameni în sfinţita săvârşire a celor dumnezeieşti, ci să ai harul care să-ţi facă înţelese în chip ascuns şi tainic cele mai înalte”. Sau: „Luminată este treapta şi haina preoţiei, numai dacă are şi sufletul împreună-strălucind înăuntru, prin curăţie”. Prin urmare, preotul trebuie să păzească dumnezeiescul dar al preoţiei „ca lumina ochilor” păstrându-şi „neprihănită cinstea” de care s-a învrednicit.

Pe lângă purificare şi pocăinţă mai este necesară vigilenţa: **preotul** trebuie să fie plin de toate virtuţile şi de toate harismele Duhului. Virtutea esenţială însă este sfânta smerenie pe care Sfântul Isaac Sirul o numeşte „veşmânt dumnezeiesc”, deoarece pentru a-l mântui pe

om, Însuşi Hristos Iisus „S-a smerit pe sine”, cum spune Apostolul (Filipeni 2,8)

Preotul trebuie să sălăşluiască în harul necreat al lui Dumnezeu. Datoria lui nu este, cu prioritate, **aceea de a administra Sfintele Taine, ci de a fi mai întâi el însuşi sfinţit de ele.** Odată sfinţit, va fi în stare să-i sfinţească şi pe alţii. Iată de ce Sfântul Ioan Gură de Aur declara: „Nu cred că sunt mulţi preoţi care se mântuiesc, ci mult mai mulţi aceia care pier pentru că lucrul acesta cere un suflet cu totul măreţ”.

Preotul cu forţă psihoterapeutică este deci preotul mistic. Doar o vieţuire duhovnicească la cele mai înalte cote îi garantează preotului dobândirea puterii vindecătoare.

11.4. Conceptul plurisemantic de „sănătate”. Sănătatea sufletului

În înţelepciunea sa, poporul român a înţeles importanţa sănătăţii pentru buna vieţuire pământească a cuiva. Tocmai de aceea limbajul curent (şi în special formulele de salut cotidiene) abundă de formulări care demonstrează **esenţialitatea acestei valori în mentalitatea şi cultura românească** („Sănătate!”; „Mergi sănătos!”; „Hai noroc şi sănătate!”; „Să fiţi sănătoşi!”; „Să vă dea Dumnezeu sănătate!”; „Mă închin cu sănătate ca la o luncă verde!”; „Rămâneţi sănătoşi!”; „Umblaţi sănătoşi!”; „Bine-ai venit sănătos!”; „Bine te-am găsit sănătos!”). **În concepţia populară deci binele se subscrie sănătăţii.**

Nenumărate maxime, proverbe şi zicători îşi focalizează mesajul pe importanţa sănătăţii: „Sănătatea e o mare avere” (proverb arab); „Sănătatea e mai importantă ca obiceiurile religioase” (proverb indian); „Sănătatea e temelia bogăţiei” (proverb persan); „Pentru

omul sănătos, în fiecare zi e sărbătoare” (proverb turc); „Medicul te vindecă de boală, dar nu şi de moarte, el e ca acoperişul care te apără contra ploii, dar nu şi contra trăsnetului” (proverb chinezesc).

Psihoterapia ortodoxă are drept obiectiv fundamental sănătatea sufletului. Noţiunea de „sănătate” este în acest context prin excelenţă teologică, dar are explicite reverberaţii psihologice. Lucrul acesta îl demonstrează câteva dintre formulările lui H. Vlachos: „Sănătatea sufletului este nepătimirea şi cunoaşterea”; „Suflet desăvârşit este acela care s-a ţesut cu virtuţile”; „Suflet desăvârşit este acela al cărui putere pasională înclină cu totul spre Dumnezeu”; „Suflet curat este acela care-L iubeşte pe Dumnezeu”; „Suflet curat este acela care s-a eliberat de patimi şi se bucură neîncetat de dragostea dumnezeiască”.

În concepţia Sfântului Grigore Palama „sufletul este cu adevărat tămăduit atunci când se desface de cele inferioare lui şi se alipeşte *prin dragoste* de cele superioare lui”.

Astăzi, Organizaţia Mondială a Sănătăţii sinonimizează conceptul de „sănătate” cu cel de „stare de bine”; astfel, sănătatea nu ar fi garantată doar de absenţa bolii, ci ar constitui un proces complex şi multidimensional în care starea subiectivă de „bine” ar constitui axa fundamentală. „Starea de bine” s-ar realiza în prezenţa următoarelor elemente:

1) **Acceptarea de sine,** respectiv o atitudine pozitivă faţă de propria persoană, acceptarea calităţilor şi defectelor personale, percepţia pozitivă a experienţelor trecute şi viitoare;

2) **Relaţii pozitive cu ceilalţi,** respectiv încredere în oameni, sociabilitate, intimitate, nevoia de a primi şi a oferi afecţiune, atitudine empatică, deschisă, caldă;

3) **Control,** respectiv sentimentul de competenţă şi control personal asupra sarcinilor, crearea de oportunităţi pentru valorizarea nevoilor personale, opţiuni conforme cu nevoile proprii;

4) **Sens şi scop în viaţă,** ca elemente care direcţionează fiinţa umană pe termen mediu şi lung, subsumând o experienţă pozitivă a trecutului şi mare relevanţă a viitorului, convingerea că merită să te implici, o curiozitate sănătoasă, entuziastă faţă de ceea ce-ţi rezervă viitorul;

5) **Dezvoltare personală**, respectiv deschidere spre experienţe noi, sentimentul de valorizare a potenţialului propriu, capacitatea de autoreflexie, percepţia pozitivă a schimbărilor de sine, eficienţă, flexibilitate, creativitate, nevoie de provocări, respingerea rutinei;

Aceste elemente concură în menţinerea sănătăţii fizice şi psihice a omului. Potrivit lui Vlachos, **sănătatea adevărată este cea a sufletului, de aici ea transferându-se şi asupra trupului.** Prin suflet se poate revărsa o energie terapeutică asupra trupului, iar nu invers. Deci garanţia sănătăţii sufletului – din perspectiva Sfinţilor Părinţi – este curăţenia inimii, luminarea minţii şi „vederea lui Dumnezeu” ca lumină.

11.5. Boala sufletului

Privită ca o realitate aflată în antiteză cu sănătatea, boala poate fi definită ca **o stare de disconfort fizic şi psihic**, un dezechilibru al fiinţei în raport cu lumea, o stare asimetrică şi dizarmonioasă ce paralizează fiinţa.

Sfinţii Părinţi vorbesc despre „boală” a sufletului atunci când omul ajunge dominat de patimi, când există o mişcare a puterilor sufleteşti „contra firii”, când se zădărniceşte puterea sufletului de a-L vedea pe Dumnezeu

ca lumină. **Boala este o formă de acomodare a sufletului cu „absenţa" Duhului Sfânt.** Din punct de vedere psihologic, în această stare individul este marcat de un dezechilibru interior cauzat de diferite conflicte lăuntrice nesoluţionate.

După Sfântul Simeon Noul Teolog, tiranizarea omului de diferite conflicte lăuntrice este indiciu al faptului că este sălăşluit de diavolul, care este calificat drept „vicleană avuţie". Omul, fiinţă raţională şi liberă, este şi o fiinţă „locuibilă", în sensul că poate fi de duhuri. Nu este deci vorba doar despre simple gânduri şi amintiri ale trecutului pe care raţiunea nu a reuşit să le ordoneze, ci despre **prezenţa unor entităţi raţionale exponente ale răului, care victimizează fiinţa umană, o „colonizează", o posedă barbar.**

Boala sufletească este indiciu a unei anterioare poziţionări a omului „contra" lui Dumnezeu. Cândva, omul „a întors spatele lui Dumnezeu", şi astfel a lepădat energiile protective care-i garantau sănătatea. Consecinţele pe termen lung ale opţiunii sale sunt: rătăcire de sine, gol lăuntric, sentiment de marginalizare, reacţii violente şi necontrolate la cei din jur, comportamente anti-sociale.

Până la deplina îmbolnăvire există două etape intermediare, care pot juca rolul de „santinelă": a) **Durerea,** senzaţie umană care ar trebui să asigure reacţii adecvate ale individului la elementele agresive ale mediului şi care alertează, avertizează asupra iminenţei pericolului; b) **Suferinţa.**

Încheiem cu două raţionamente patristice: „Dumnezeu îngăduie boala nu ca să ne înjosească, ci pentru a ne face mai buni, mai înţelepţi şi deplin supuşi voii Sale" şi „Mai mult decât suferinţa în sine, ceea ce-l macină pe om este durata bolii şi mulţimea necazurilor aduse de ea. Ele strecoară în suflet gânduri negre, deznădejde, tristeţe, nerăbdare, iritare şi revoltă". ***(H. Vlachos, 1998, p. 113)***

Capitolul 12

Ghid practic terapeutic

12.1. Terapii ocupaţionale (ergoterapie, meloterapie, art-terapie)
12.2. Expresia verbală. Povestea terapeutică

12.1. Terapii ocupaţionale (ergoterapie, meloterapie, art-terapie)

1) Ergoterapia. Individul sau grupul îşi concretizează activitatea pe realizarea unor obiecte din diferite materiale: hârtie, fire textile, seminţe, deşeuri, lemn, plastic. Beneficiarilor ergoterapiei trebuie să li se prezinte însă înaintea începerii activităţii care sunt: a) etapele de prezentare a produsului; b) materialele necesare; c) instrumentele de lucru (adaptate vârstei beneficiarilor, pentru a nu fi periculoase – în cazul copiilor trebuie evitate corpurile ascuţite); d) utilitatea practică a produsului; e) modalitatea de evaluare (vânzare, expoziţie, expunere temporară sau permanentă).

Consilierul are obligaţia profesională să creeze atmosferă, respectiv un ambient plăcut şi eficient de muncă, în care **fiecare dintre cei prezenţi să se simtă important.** Va explica procedurile ori de câte ori va fi necesar, va da dovadă de răbdare, neuitând că este implicat într-o terapie care presupune (în unele cazuri) cimentarea unor deprinderi şi mânuirea unui instrumentar.

Ideal ar fi **să se amenajeze un atelier sau o sală permanentă de ergoterapie** dotată cu mese, scaune;

formule speciale de lucru (fie în echipă, fie individual), sunt făcute posibile de existenţa sau nu a mobilităţii mobilierului. Dace beneficiarii terapiei doresc şi activitatea se dovedeşte a fi fructuoasă şi eficientă, existenţa unui fond muzical (după ce anterior au fost testate preferinţele) destinde atmosfera, creând momente de maximă relaxare şi revigorare spirituală.

Şedinţele de ergoterapie trebuie incluse (precum, de altfel, art-terapia şi meloterapia) într-un riguros program terapeutic, stabilindu-se de comun acord: întâlnirile săptămânale, locul desfăşurării, durata şi ambientul (şi aduse la cunoştinţa atât a copilului, cât şi a adultului însoţitor).

Produsele pot fi realizate din **hârtie** (şerveţele, pahare, rame, bărci, coifuri, solniţe, covoraşe, colaje, tablouri, decupaje etc.;), **fire textile** (împletituri, tăieturi, covoraşe, perne, lanţuri, croşetări, îmbrăcăminte etc.), **seminţe** (tablouri, colaje, sticle colorate, mărgele, coliere etc.), **lemn** (mozaicuri, mici obiecte, jucării etc.), **materiale plastice, deşeuri** (împletituri, decupaje, colaje, bijuterii, felicitări, cadouri etc.).

Gama largă de realizare a produselor va ţine de creativitatea şi imaginaţia consilierului pastoral, precum şi de gradul de implicare a subiecţilor în realizarea lor. Pe lângă demersul terapeutic propriu-zis, produsele vor constitui şi o sursă de bucurie estetică.

2) Meloterapia se poate realiza atât individual, cât şi în grup, atât la copii, cât şi la adulţi. Astfel, **individual** şedinţa va consta în audierea împreună (beneficiar al terapiei şi terapeut), timp de aproximativ zece minute, a muzicii preferate, după care se începe discuţia liberă de tip psiho-analitic. **În grup** se poate asculta un fragment muzical urmărindu-se modalităţile

de exprimare a celor participanţi pe parcursul terapiei. Ca **exerciţii-joc** pot fi folosite:

a) **Desenarea muzicii.** Se alege o bucată muzicală fără text care produce o stare de relaxare asupra subiectului şi nu este exagerat de lungă; i se cere apoi subiectului ca *în timpul* sau *după* ascultarea fragmentului (rămâne la latitudinea lui) să deseneze ceea ce ascultă, ceea ce simte, ceea ce-i transmite melodia respectivă. După finalizarea desenului, se apreciază laudativ compoziţia şi se încep discuţiile privind mesajul muzical-pictural realizat.

Se poate ca, după un timp, o re-audiţie a aceleiaşi secvenţe muzicale de către aceeaşi persoană să realizeze o exprimare plastică diferită. În acest caz, luând în considerare şi decompensările ce-au avut loc în intervalul de timp existent, se pot face comparaţiile de rigoare, observându-se progresul sau regresul, avându-se însă în atenţie mai ales detensionările emoţionale ce pot apărea la un moment dat.

b) **Gândul muzicii.** De data aceasta li se cere celor participanţilor să închidă ochii şi să gândească conştient, controlat, pe fundalul muzical (de exemplu: „îmi este bine…”, „mă simt mai bine…”, „sunt liniştit…”, „aştept ceva…”) urmărindu-se gândirea pozitivă. În timpul exerciţiului se va urmări comunicarea nonverbală a subiecţilor pentru a se întregi portretul de mai târziu. După ce s-a scurs timpul acordat „gândirii pe muzică”, participanţii îşi vor deschide ochii şi vor participa la un dialog din care va rezulta modul de implicare a fiecăruia, mesajul şi soluţia la situaţia „problemă”.

Important este ca, în cadrul unor asemenea exerciţii-joc, să se creeze din partea consilierului, o atmosferă de încredere, de siguranţă şi optimism.

3) Art-terapia favorizează o detensionare emoţională prin desen şi/sau pictură. Ea include, în primul rând, **exerciţii de expresie grafică** care se bazează pe realizarea unor desene din poziţiile diferite ale liniilor, realizând, în final, forme cu impact emoţional.

Exerciţii de expresie grafică

a) **Jocul liniilor** se realizează de obicei în grup. Li se cere participanţilor ca, pe o foaie de hârtie (sau la tablă, cu cretă colorată) cu creioane colorate, fiecare, pe rând, să continue o linie începută de conducătorul jocului (forma şi lungimea îi aparţine în decizie), ultimul participant la joc încheind jocul, adică linia. După ce a fost astfel realizată o imagine, participanţii sunt rugaţi s-o definească, motivând titlul ales. Cu toţii sunt antrenaţi în activitate, dând posibilitatea fiecăruia de a spune „ce-a văzut”, dar şi să comunice şi să relaţioneze cu grupul.

b) **„Porneşte de la ele”.** Se lucrează individual, fiecare participant primind o foaie de hârtie pe care sunt desenate linii (frânte, curbe sau cercuri) aleator. Li se cere ca, pornind de la elementele găsite pe foaia de hârtie să realizeze un desen, adică să încadreze formele într-o expresie grafică. Fie că imaginea este cromatică sau nu, imaginea rezultată va fi momentul de pornire într-o viitoare discuţie despre „ce s-a întâmplat pe hârtie”, motivând exprimarea respectivă.

c) **Picasso.** Jocul se desfăşoară în grup, subiecţilor prezentându-li-se o imagine ambiguă (mai deosebită), cerându-li-se să-i dea un titlu. Totul se motivează, urmărindu-se atât comunicarea nonverbală a participanţilor, cât şi reţinerile lor.

Activitatea de expresie plastică

1) **„Completează imaginea!”.** Se lucrează în grup, participanţii primind o singură foaie de hârtie, fiind rugaţi ca fiecare să deseneze ceea ce vor, în aşa fel încât la sfârşitul activităţii, pe planşă să existe o imagine care reprezintă ceva, care transmite un mesaj („bucăţelele” participanţilor să se asambleze într-un tablou). Participanţii nu trebuie să comunice între ei şi nici să nu se informeze despre ceea ce pictează. Se urmăreşte atât dacă munca în echipă detensionează sau nu, cât şi care este climatul şi comportamentul în grup.

E bine ca imaginea realizată să fie expusă câteva zile undeva anume, urmărindu-se atât „comentariile” pe seama ei, cât şi impactul avut asupra celor din grup şi nu numai, dar şi „adausul” la imagine care poate veni din partea acelora care privesc acum „tabloul” şi doresc să-l desăvârşească pe ansamblu.

2) **Tablou din bucăţele.** Se poate lucra individual sau în grup. Pe foaia primită se va găsi un „simbol” (de exemplu: soare, casă, maşină, copil – depinde ce carenţă afectivă dorim să surprindem), cerându-li-se ca acesta să devină sau nu (depinde de impactul creat asupra participanţilor), „eroul” tabloului respectiv. Impactul emoţional poate fi puternic, iar discuţia va fi pe măsura celor „declanşate”.

3) **Viaţa literelor.** Activitatea se adresează în general copiilor, dar poate fi folosită şi la alte categorii de vârstă. Jocul este plăcut, relaxant şi creează, prin imaginaţie şi creativitate, bună dispoziţie. Li se cere participanţilor „să însufleţească” literele din alfabet (mici sau mari, de mână sau de tipar), adăugându-li-se anumite elemente. Ele se vor transforma în fiinţe sau/şi obiecte (de exemplu: **„A”** *mare, de tipar* – într-o scară, **„o”** *mic, de mână* – într-un omuleţ, **„i”** *mic, de mână* – într-o floare etc.).

Antrenată în acest joc, o persoană cu multă imaginaţie poate da „viaţă” întregului alfabet, importantă fiind motivaţia şi discuţia pe care o generează fiecare imagine în parte. Planşele realizate trebuie expuse pentru o anumită perioadă de timp, conferind savoare estetică şi altora.

c) Modelajul din plastilină sau/şi lut reprezintă „nivelul bazal” al posibilităţilor de exprimare artistică. Contactul cu acest tip de material induce o stare de mare satisfacţie şi confort. Utilizarea de „volum”, reprezentarea în spaţiu, canalizează tensiunile subiecţilor spre exterior. Modelajul este mai pasionant (cu mai mare potenţial afecto-gen) decât alte activităţi artistice.

Dacă la început modelajul se poate utiliza şi ca metodă de investigaţie, lăsând copilul/adultul să lucreze ceea ce vrea el din material (indicându-ne astfel, indirect, aspectele perturbatoare), urmând ca apoi activitatea să fie canalizată spre terapie. E important să urmărim comunicarea nonverbală a subiectului în timpul execuţiei, cât şi implicaţiile sau carenţele afective ce pot declanşa mai târziu discuţii individuale sau în grup.

E bine ca la început să se realizeze elemente simple (bile, mărgele, mingi, cuburi), apoi să se treacă la obiecte din jur (fructe, legume, căni, farfurii) şi, în final, să se realizeze colaje şi tablouri cu scene reale sau fantastice. Se pot realiza şi **măşti (**impactul lor emoţional fiind deosebit, detensionează şi totodată „provoacă” participanţii). Dacă este folosit lutul, ghipsul sau alt material ce suportă **culoarea**, se pictează obiectele (după aplicarea procedurii de uscare, ardere), rezultatul devenind exponat sau chiar obiect „uzual”, ştiind că „l-a făcut el, cu mâna lui”.

Este sugestiv, ca şi punct de plecare într-o viitoare interpretare a expresiei artistice prin art-terapie, modul în care **Lucher prezintă semnificaţia culorilor,** pornind de la cele trei ipostaze legate de culoare, aceea de „a reprezenta”, „a fi” şi „a ipostazia afectiv”.

Astfel, **albastrul (1)** reprezintă profunzimea sentimentelor; în acest caz **subiectul** este egocentric, pasiv, heteronom, sensibil, perceptiv, receptiv la relaţii, având drept **caracteristici afective**: liniştea, satisfacţia, tandreţea, afecţiunea.

Verdele (2) reprezintă supleţea voinţei; **subiectul** este egocentric, pasiv, defensiv, autonom, tenace, posesiv, nealterabil, având drept **caracteristici afective**: persistenţa, afirmarea de sine, obstinaţia, stima de sine.

Roşul (3) reprezintă forţa voinţei; **subiectul** este extrovertit, ofensiv, autonom, mobil, competitiv, eficace, având drept **caracteristici afective**: dorinţa, excitabilitatea, dominarea, sexualitatea.

Galbenul reprezintă spontaneitatea. **Subiectul** este extrovertit, activ, inventiv, heteronom, expresiv, ambiţios, investigator, având drept **caracteristici afective**: inconsistenţa, expectativitatea, originalitatea, bucuria de a trăi.

Această semnificaţie „primară” a culorilor dezvăluie mult din dinamica personalităţii; culorile pot trăda tendinţele fundamentale: satisfacţia, nevoia de afirmare, nevoia de a acţiona şi a reuşi, nevoia de a se îndrepta către viitor şi de a spera. Culorile „secundare” sau „acromatice” dezvăluie un mare potenţial de negare, trădând o atitudine negativă faţă de viaţă (negrul, griul, maronul) fiind indicii ale anxietăţii subiectului, sau ale unei atitudini de indiferenţă sau de respingere (e cazul maronului şi violetului).

În literatura de specialitate problematica cromatică a suscitat studii şi cercetări de prestigiu (S. Freud, J. Piaget, C. Jung etc.) iar luările de poziţii ştiinţifice „pe culoare” sunt demersuri delicate şi dificile, realizabile cu precauţia necesară cercetătorului ştiinţific avizat.

12.2. Expresia verbală. Povestea terapeutică

După conturarea elementelor teoretice caracteristice poveştii terapeutice (capitolul 10), vom continua în expunerea noastră finală cu câteva perspective practice, subliniind importanţa empatiei pentru reuşita demersului terapeutic. Pornim de la următoarea poveste asiatică:

„Cică într-o zi, un tânăr îl întreabă pe rabin despre scopul cu care trebuie să povestim:

– Bunicul meu era şchiop, începu să povestească rabinul, iar într-o zi l-am rugat să-mi spună o întâmplare cu tatăl său. Bunicul mi-a povestit că tatăl său avea obiceiul să ţopăie şi să danseze. Angajat în istorisirea sa, bunicul s-a sculat şi a început să ţopăie şi să danseze, precum făcea tatăl său. Şi astfel, din acel moment, el s-a vindecat de infirmitatea sa”.

1. **Povestea lui Ulysse**

Indicaţii terapeutice: incapacitatea de a-şi stabili un scop în viaţă;

Efecte dorite: conştientizarea importanţei cunoaşterii a ceea ce vrem să facem, înainte de a acţiona.

De mai mult timp, Ulysse se pregătea să plece într-o călătorie care să-i schimbe viaţa. El a studiat mai multe limbi străine, precum şi hărţi care să-i arate

diferitele zone ale lumii. Locul de destinaţie era mai puţin important, ceea ce-l interesa cu adevărat, era să plece.

Dificultăţile au început să apară în momentul în care s-a prezentat la o agenţie de turism pentru a-şi rezerva un bilet de avion. Bărbatul de la ghişeu i-a pus mai multe întrebări obişnuite pentru a afla locul şi momentul când vrea să plece.

- Eu nu vreau să merg în Mexic, în Grecia sau în Italia.

- Unde vreţi atunci să mergeţi? l-a întrebat funcţionarul de la ghişeu.

- În mod sigur, nu vreau să merg în Anglia, în Australia şi nici în Germania.

- Pe mine nu mă interesează unde nu vreţi să mergeţi, zise funcţionarul din ce în ce mai nerăbdător. Pe noi ne interesează unde aţi vrea să plecaţi în călătorie.

- Nu mă interesează nici Spania sau Portugalia, nici India sau Rusia, zise Ulysse.

În acel moment îşi dădu seama de impasul său şi se întoarse acasă. În acea noapte a avut un vis: se făcea că se afla într-un aeroport şi privea plecarea mai multor avioane. Deodată îi apăru în faţa ochilor marele Lindberg, primul pilot care a traversat Atlanticul în 1927, care îi adresă următoarele cuvinte: „Avioanele sunt pregătite să zboare, nu contează unde. Pilotul este acela care decide locul unde aparatul va ateriza”.

Puţin după aceea eroul nostru adormi. Dimineaţa, el realiză importanţa cunoaşterii exacte a destinaţiei înainte de a pleca într-o călătorie pe care el încă nu o ştia.

2. Povestea jucătorului de fotbal

Indicaţii terapeutice: dificultăţi în respectarea regulilor unui grup;

Efecte dorite: dezvoltarea solidarităţii, încurajarea muncii în echipă, încurajarea disciplinei; favorizează angajarea şi responsabilizarea fiecăruia pentru sarcinile care presupun participarea mai multor persoane;

La începutul anului, echipa de fotbal a obţinut mai multe succese, dar, în ultima vreme, situaţia a început să se deterioreze. Spiritul de echipă care la început era foarte puternic a început treptat, treptat să se stingă. Dan, vedeta echipei, a început să se simtă tot mai mult preocupat de succes. El era tot mai des violent cu jucătorii din echipa adversă şi uneori chiar cu propriii colegi. În timpul antrenamentelor nu asculta indicaţiile antrenorului şi făcea totul după capul lui. Până la urmă a ajuns să insulte şi spectatorii care îl huiduiau. La ultimul meci s-a certat cu arbitrul, ceea ce a înrăutăţit şi mai mult situaţia. Colegii săi nu mai aveau încredere în el.

Dan era disperat din cauza acestei situaţii, dar nu se mai putea controla. Într-o seară, în timp ce dormea, în faţa ochilor i-a apărut idolul său, Pele. Nu-şi putea crede ochilor, dar Pele se afla în faţa sa, în carne şi oase. Dan i-a explicat care este situaţia şi i-a cerut sfatul.

După ce a reflectat un timp, Pele i-a răspuns: „Dragă Dan, eu ştiu că tu ai un şut de invidiat şi că eşti ambiţios, dar într-o echipă trebuie să ţii cont de reguli. Este suficientă greşeala unei persoane, pentru ca toată lumea să sufere. Dacă tu dai un gol, înseamnă că toată echipa te-a

ajutat, iar dacă ratezi, înseamnă că toată echipa a pierdut. Tu eşti responsabil pentru toţi colegii tăi".

În săptămâna care a urmat, Dan a ţinut cont de colegii săi şi acest lucru l-a ajutat să câştige. Anul următor a câştigat din nou trofeul celui mai bun jucător.

3. Povestea ariciului Pogonici

Indicaţii terapeutice: comportament certăreţ; iritabilitate;

Efecte dorite: reducerea agresivităţii interpersonale;

Într-o pădure trăia un arici care obişnuia să rupă flori şi să le strivească. Într-o zi, o căprioară îl văzu rupând flori şi-l întrebă de ce face acest lucru. Pogonici simţi cum îl cuprinde supărarea:

- Vezi-ţi de treaba ta, că mă superi, zise ariciul.

- Dar nu e bine să rupi flori degeaba, că nu ţi-au făcut nici un rău, îi răspunse căprioara.

Ariciul plecă mai departe. La marginea lacului văzu un iepuraş care dormea. Ariciul începu să fluiere tare:

- Hei, nu vezi că dorm? strigă iepuraşul supărat.

- Puţin îmi pasă, zise ariciul şi plecă mai departe.

Zilele care urmară trecură la fel. Cu fiecare zi, ariciul se simţea tot mai singur pentru că nimeni nu mai voia să se joace cu el.

Într-o seară, în timp ce se întorcea acasă, ariciul căzu într-o groapă. Zadarnic strigă după ajutor, pentru că nimeni nu veni.

4. Povestea furnicuţei Maria

Indicaţii terapeutice: lipsa motivaţiei de a învăţa;

Efecte dorite: valorizarea sarcinilor cotidiene; încurajarea efortului de dezvoltare personală;

A fost odată o furnicuţă care nu voia să muncească. Furnicuţa Maria prefera să stea toată ziua lungită, să se joace sau să alerge. În toate momentele zilei, toate scuzele erau bune pentru a nu munci. Din această cauză, ea se juca mai mult singură, deoarece colegele sale erau ocupate să muncească.

Într-o zi, în timp ce Maria era plecată în pădure să se joace, o zână veni la furnicar. Ea explică tuturor furnicilor că lansează un concurs pentru desemnarea celei mai bune furnici din lume. Fiecare furnică va putea acumula puncte dacă munceşte atunci când trebuie, se joacă în cel mai potrivit moment şi, bineînţeles, are o mulţime de prieteni. Astfel, micuţele furnici se puseră pe treabă pentru că fiecare vroia să câştige. Când Maria se întoarse acasă, văzu că nimeni nu o bagă în seamă. Toate furnicile cântau, zâmbeau şi transportau provizii. Maria se simţi puţin dată la o parte. Până să se culce, reuşi totuşi să afle care era pricina acestei schimbări şi de ce toată lumea era atât de grăbită.

Atunci, Maria îşi zise că trebuie să câştige concursul, că este capabilă să fie prima. Dis de dimineaţă, furnicuţa noastră se alătură suratelor sale. Picioruşele sale erau foarte obosite pentru că Maria nu era obişnuită cu munca, dar ea nu se descuraja deoarece voia să câştige concursul şi să devină cea mai bună furnică din lume. Ea se juca acum împreună cu celelalte furnicuţe şi acest lucru era deosebit de plăcut.

La sfârşitul concursului a constatat că avea o mulţime de prieteni. În aşteptarea rezultatului concursului, toate furnicuţele erau anxioase. Zâna a anunţat în sfârşit marea câştigătoare: „Pentru că a făcut multe eforturi şi a ameliorat rezultatele, o declar pe furnicuţa Maria, câştigătoarea concursului”.

Toată lumea a aplaudat, iar Maria era foarte mândră de ea. Zâna i-a dat şi o diplomă, precum şi următoarele sfaturi: „Rămâi pentru totdeauna o furnicuţă muncitoare şi conştiincioasă. Când îţi vei simţi picioruşele obosite sau când curajul te va părăsi, respiră adânc de trei ori şi vei vedea cum o lumină albastră te va înconjura şi-ţi va da forţa şi curajul de a continua. Această lumină va fi invizibilă pentru ceilalţi, doar **tu** *o vei putea vedea”.*

Trăsături temperamentale

5. Livada

E toamnă. Soarele îşi face loc cu greu printre braţele livezii. Pline de rod şi, Doamne, ce mireasmă au degetele toamnei! Pomii stau la sfat de dimineaţă. Care e vestea? Păi, scările, coşurile şi vorbele copiilor le-au auzit aseară. Spuneau doar atât „mâine culegem".

- N-am să las o nucă să se desprindă din coama mea de crengi şi frunze, făcu războinic, **nucul***.*

*- Mi-e indiferent. Tot gem de prune o să ajung! Acum sau mai târziu mă voi acri ca o ...**prună**.*

- Ce bucurie pe copii! Le voi spune poveşti cu merele de aur, Albă ca Zăpada şi-apoi copt, necopt, nevoie mare, la cuptor sau în compot. Da, bun, proaspăt şi la iarna cine-o fi, ***mărul****-măr!*

- Ce mă fac, începu să plângă para. Toţi vor spune: „Pică pară mălăiaţă-n gura lui Nătăfleaţă". Eu

*să trag toate ponoasele pentru toţi, tot eu. Of! Of! Of! Rău e să fi ...**pară**.*

Soarele se-ngrozi şi se ascunse repede după un nor. Ce ţi-e şi cu pomii ăştia! Vorbesc de parcă ar fi oameni!

- Ia, spală-i norule şi potoleşte-i! mai adăugă soarele privind livada.

Şi, ultima ploaie spălă gândurile livezii, umplând coşurile cu picuri de rod bogat.

Lipsa de comunicare şi relaţionare

6. Dă-i mâna ta

Un om se scufundase într-o mlaştină în partea de nord a Persiei. Numai capul îi mai ieşea din mocirlă. Striga din toate puterile după ajutor. Curând se adună o mulţime de oameni la locul accidentului. Unul se hotărî să încerce să îl salveze pe bietul om. „Dă-mi mâna, *îi* strigă*. Te scot eu din mlaştină”. Dar cel vârât în noroi continua doar să strige după ajutor şi nu făcea nimic să-i îngăduie celuilalt să-l* ajute. *„Dă-mi mâna” îi ceru omul de mai multe ori. Dar răspunsul era mereu doar un strigăt jalnic după ajutor. Atunci altcineva se apropie şi spuse: „Nu vezi că nu îţi va da mâna niciodată? **Trebuie ca tu să îi dai mâna ta**. Atunci îl vei putea salva.*

Sacrificiul matern

7. Dragostea de mamă

Un misionar creştin povesteşte cum a asistat la un incendiu în pădurile din Munţii Himalaya, în 1921. *Focul era foarte puternic şi cuprindea copac după copac. Împreună cu un grup de oameni a putut observa*

cum într-un copac înalt, o pasăre se agita deasupra unui cuib cu mulţi puişori în el. Focul se apropia repede de cuib şi nimeni nu putea să-l salveze.

Pasărea ţipa, se agita, se apropia şi se depărta mereu de cuib. Toţi se gândeau că va fugi până la urmă. Cuibul a început să ardă pe margini şi dintr-o dată, mama s-a repezit către pui, i-a acoperit cu aripile ei şi în câteva secunde s-au prăbuşit cu toţii, în vâlvătaie. Avea puterea să se scape pe sine, dar a ales să moară cu cei dragi. De dragul lor, a murit cu ei, nu s-a scăpat pe sine.

Identitatea personală

8. Învăţătorul, un grădinar

Munca unui învăţător este ca aceea a unui grădinar care îngrijeşte diferite plante. O plantă iubeşte lumina soarelui, alta, umbra răcoroasă; uneia îi place malul apei curgătoare, alteia piscurile sterpe ale munţilor. Uneia îi merge bine pe solul nisipos, alteia în pământul gras. Fiecare cere îngrijirea care i se potriveşte cel mai bine, altfel rezultatul nu este mulţumitor.

Identitatea personală

9. Cuiburile murdare

O porumbiţă îşi schimba mereu cuibul. Mirosul puternic pe care îl făceau cuiburile în timp era insuportabil pentru ea. Se plânse de asta cu amărăciune în timp ce vorbea cu o porumbiţă plină de experienţă, bătrână şi înţeleaptă. Aceasta din urmă dăduse de câteva ori din cap şi zise: „Nu schimbi nimic schimbându-ţi cuibul tot timpul. Mirosul care te deranjează nu vine de la cuiburi, ***ci de la tine****.”*

Poveşti scrise de copii

10. Lada cu nisip

Când aveam cinci ani, m-am dus într-o zi cu mama în parc. Cum mă jucam în lada de nisip, am observat un băiat cam de vârsta mea care stătea într-un scaun cu rotile. M-am dus la el şi l-am întrebat dacă nu se joacă cu mine. Aveam doar cinci ani şi nu puteam pricepe de ce nu putea veni şi el în lada cu nisip ca să se joace cu mine. Mi-a spus că nu putea. Am mai vorbit o vreme cu el, apoi mi-am luat găletuşa cea mare, am pus în ea cât de mult nisip a încăput şi i l-am ridicat în poală. Apoi am apucat câteva jucării şi le-am pus şi pe ele acolo.

Mama s-a repezit spre mine şi m-a întrebat:

- Lucas, de ce ai făcut asta?

M-am uitat la ea şi i-am răspuns:

- El nu putea veni să se joace în lada cu nisip cu mine, aşa că am dus nisipul la el. Acum putem să ne jucăm împreună în nisip.

(Lucas, 11 ani)

11. Îngerul meu păzitor

Ştiu că este undeva şi are grijă de mine. Vine câteodată noaptea şi stăm de vorbă. Dar nu e singur. Aduce cu el mai mulţi îngeraşi ce vin şi se aşează în jurul patului meu. Acum, simt că se face lumină în jurul meu şi mi-e bine.

Ştiu că mă sfătuieşti ce să fac. Şi fac ce cred eu că e bine: vorbesc cu florile, ascult păsările, râd, desenez, citesc, povestesc cu bunica, fac gimnastică cu mama şi după amiază... Da, după amiază vând în magazin plante medicinale şi produsele lor. Şi ce dacă nu mă pot mişca foarte bine singură? Îngerul meu

păzitor mă ajută să merg. Şi-mi place să cânt. Unde cânt? Peste tot şi mai ales când pictez.

Da, la „Rază de soare” mi-am deschis o expoziţie. A fost lume multă, dar şi toată familia mea de acolo, pe care-i iubesc. Dacă a fost şi îngerul meu păzitor? Cu siguranţă, doar l-am simţit. Şi sunt aşa de mulţumită că trăiesc! Voi, nu?

(Gelia, 17 ani)

12. Povestea fraţilor mei

Eu sunt un copil sănătos. De ce spun poveşti? Pentru că am avut doi fraţi. Eu sunt fetiţă şi nu ştiu cine a hotărât ca toţi băieţii din familia mea, să nu trăiască.

Sunt tristă şi acum, dar trebuie să fiu tare. Mama şi tata mă au acum numai pe mine şi nu vreau să fiu rea, dar un pic mă bucur. De ce? Păi, când erau cei doi mici şi bolnavi, pe mine nu mă vedeau, n-aveau grijă de mine şi nici de şcoală nu le păsa. Poate că nu puteau. Dar eu, i-am iertat şi acum ne înţelegem bine.

Eu n-am trecut prin boala lor, dar cred că le-a fost greu. Erau cuminţi şi tot aşa sunt şi acolo, în cer.

Că am fost tristă? Nici acum nu sunt bucuroasă fără ei, dar vreau să mă gândesc ce bine ne-am fi jucat împreună. Cu cine mă joc acum? Cu ei câteodată, doar în amintire şi gând.

(Camelia, 11 ani)

13. Suntem nişte învingători

Ştiu că cei de pe coridorul spitalului ne privesc şi se întreabă. Dar, eu şi cu mama nu ne mai mirăm şi ne zâmbim.

Ştii, şi eu şi mama avem aceeaşi boală. N-am vrut să fie aşa, dar, noi suntem puternice. Am aflat acum aproximativ un an că mama are cancer la sân şi

m-am supărat. Dacă a fost supărarea de vină, nu ştiu, dar la puţină vreme, m-am îmbolnăvit şi eu de cancer.

Mama a făcut deja radiaţii şi se simte mult mai bine. Le-a suportat aşa de bine că merge spre normal. Cum a putut? Eu i-am fost alături şi-am susţinut-o chiar şi când a avut batic cu flori pe cap.

Acum, mama stă lângă mine şi mă sprijină. Eu fac perfuzii, dar nu mă tem de nimic. Ne avem una pe ala, ne zâmbim mult şi nici ţie nu trebuie să-ţi fie frică.

Nu vreau să ne compătimească nimeni. De ce? Stai să-ţi spun secretul: Doctorii ne-au dat mari şanse pentru că noi am răzbit aproape boala. Eu merg aşa de bine că în toamnă mă voi întoarce la şcoală, iar mama, şi ea va fi bine.

Aşa suntem noi, învingătoare,şi nu mă mai jenez când lumea se uită la mama şi la mine.

Îi privesc şi le zâmbesc. Asta e arma noastră secretă. Zâmbet cu speranţă!

(Eu, 13 ani)

Poveste scrisă de adult

14. E simplă povestea mea

Am să-ţi vorbesc despre mine şi despre dorinţa mea de a mă bucura în fiecare clipă. Şi ştii de ce? Pentru că îmi vine deja aşa de greu să înghit, iar paşii mei par grei, ca şi a celor de pe Lună.

E şi normal că înaintează boala. Auzi, zic că e normal, dar nu mă las. Vreau să dansez, să ascult muzică şi să mă plimb cu băieţii mei, ca să ascultăm pădurea.

Dacă mă doare? Dar nu mă doare, ci mă strânge, adică muşchii mei s-au cam săturat să mă tot asculte şi atunci... totul se prescurtează cu S.L.A. Nu, că nu glumesc, dar, aşa stau eu, bine cu psihicul meu. Toţi

doctorii se miră, dar ei n-o cunosc pe Psiho. Ea nu mă lasă să trec „Dincolo”. „Adică, de ce”? face ea. „Aici n-ai treabă?”

Am să fac repetiţii. Cel mare dintre băieţi merge în toamnă la şcoală şi eu m-am trezit la serbarea şcolară să văd coroniţele.

Dacă mi-e frică? Da, dar mă stăpânesc şi mă bucur de tot şi de toate. Acum vin de la coafor şi-mi place cum arăt, adică mă iubesc şi aşa.

Şi totuşi, respir mai greu, dar nu mă las. Speranţa, credinţa şi încrederea sunt prietenele mele. Dacă e greu? Ştii, n-ar fi mai bine să vorbim despre noile modele de vară şi că eu de doi ani sunt o învingătoare? Te-aştept la un pahar de ... vorbă. Nu uita!

(Anca-26 ani)

Poveşti scrise de adulţi (privaţi de libertate)

15. Nu e un vis

Vreau să te întreb dacă ai fost vreodată părtaş morţii. Ai fost? De ce te-ntreb? Poate pentru a te ajuta să depăşeşti sentimentul fricii ca o moarte de care nu poţi scăpa.

Să ştii că mi-am educat frica, căci eram la început ca o pasăre speriată ce greşea din grija „fricii de a nu greşi”. Şi poate, câteodată, un nerv se întindea prea mult, şi-atunci, prietena mea, „Răbdarea” mă liniştea.

Dar dacă totul e un vis? Sigur, acum nu mai e şi nu mă lasă să cred altfel, vorbele fetiţei mele de 5 ani spuse la una din vizitele ei, aici: „Tati, da tu de ce te duci pe uşa aia şi noi pe uşa asta?”, cu lacrimi în ochi.

Nelinişti te uşi, suflet zbuciumat în mine. De fapt, ce-am făcut? M-am jucat cu fericirea altora când, într-o seară, adrenalina a ieşit la suprafaţă.

Cum rezist? Acum am găsit în jurul meu o mână întinsă. Aceşti oameni, precum degetele de la o mână, sunt alături de mine, mă ajută, mă înţeleg şi mă acceptă aşa cum sunt. Cu cine-aş începe? Cu... munca, şi-apoi restul vine de la sine. Astăzi înţeleg mai multe lucruri şi ştiu că am greşit şi aici, am avut suficient timp să mă gândesc „la" toate şi „de" toate. Dar totuşi, am răzbit şi răzbesc pentru că ştiu să fiu eu însumi şi-acest drept al meu nu mi-l ia nimeni.

Mai am încă ceva de făcut, adică, în timp, să-i dau fiicei mele răspuns la întrebarea ei plină de lacrimi: „De ce-am ieşit eu pe altă uşă?"

(Aurel, 38 ani)

16. Frământând pâinea

Eu ştiu să frământ pâinea. Dar nu fac din ea pâine, ci tot felul de „minuni". Case, animale, păsări, flori şi oameni. Am învăţat să-mi fac lumea mea din pâine. De când? De când stau aici şi-ascult pâinea ce-mi vorbeşte doar mie.

Mă întrebaţi dacă se sfarmă? „Numa' ca gândul, doamnă, şi se rupe ca viaţa".

Da, de aia îmi place mie să frământ pâinea.

(Gheorghe, 62 ani)

Poveste scrisă de copil

17. Povestea baticului meu

Mie-mi plac florile şi baticul meu e cu flori. Da, am 10 ani şi mai port încă batic pe cap. Ce face? Păi ţine loc de… păr. Sigur că nu glumesc, dar pot să şi glumesc, chiar dacă am 10 ani, aşa cum şi tu poţi. Când?

Când vei face raze ca şi mine. Să nu te temi, nici de ele şi nici de batic. Ştii, băieţii poartă şapcă cu cozoroc. Ce haioşi sunt!!!

De fapt, noi în spital ne cunoaştem după batic şi ne salutăm. NOI nu suntem fricoase, ci învingătoare.

Cât îl mai port? Bineînţeles că n-am să aştept să se usuce florile de pe batic şi să le pun în ierbar, ci numai încă câteva zile. De ce? Păi, am descoperit azi dimineaţă în timp ce-mi zâmbeam în oglindă, vreo două-trei fire de păr pe cap.

Ura! Ura! Creşte! Grozav! Gata!

Sigur în toamnă să mă aştepţi la şcoală. Vin în clasa a V-a cu o mare surpriză pentru voi, dragii mei colegi de clasă. Cu ce? cu… flori de pe batic puse în… ierbar!

(Ana, 10 ani)

18. Fluturele poştaş

Odată o rază de soare se îndrăgosti de flori. De cum se arăta soarele prin curtea cerului, ea se şi furişa şi pleca să vadă florile. Le privea praful de pe petale şi se minuna când găsea lacrimile lunii, dimineaţa. Oare de ce plânsese luna?

Dar, se întâmpla că, întârzia des de la grădiniţă. N-aţi ştiut că şi razele de soare merg la grădiniţă? Iar ea, raza călătoare stătea şi le asculta:

- Vai, ce frumoasă e margareta! se minuna rochiţa rândunicii privind spre coada şoricelului.

- Da ce are, dragă, trandafirul de-i supărat? se-ntoarse busuiocul spre muşcată.

- Ha! Ha! auzi că panseluţa şi-a găsit fraţii... pătaţi, se amestecă în vorbă, gura leului.

- Nu mai spune! se miră ochiul boului de peste drum.

Şi aşa, raza de soare se făcu... poştaş. Purta veştile-poveştile, numai că, începu să se coloreze. Luă puţin galben de la păpădie, roşu de la trandafiri, albastru de la vecini, verdele de prin... bucătării, până nu mai semănă cu nimeni. Cum să se întoarcă aşa acasă, toată colorată? şi începu să plângă.

Găsindu-şi raza la uşă, soarele se arătă bun şi înţelegător:

- Iţi plac florile? o întrebă soarele

- Da, răspunse printre suspine raza de soare.

- Ai vrea să stai cu ele? Bine! De astăzi vei fi poştaşul meu. Le vei duce veştile, poveştile. Din raza-ţi de soare colorată, îţi voi croi aripioare mai frumoase decât toate florile. Vei semăna cu ele, dar şi gâzele trebuie să te iubească. O să-ţi zicem „Ture-Fluture" - poştaş cu răvaş, nărăvaş.

De atunci, mulţumind soarelui, Fluturele poştaş n-are odihnă. Acum are drum la grădiniţă. Păi aţi uitat că şi florile au grădiniţă? De aici Fluturele poştaş nu lipseşte niciodată.

19. Iarbă, iarbă, fir de iarbă

- *Ocroteşte-mă! Nu mă călca! Se auzi un glas subţirel.*

- *Cine a vorbit? întrebă Ionuţ din grupa mare privind în jos.*

- *Eu, firul de iarbă, îi răspunde acelaşi glas subţirel.*

Doar atunci Ionuţ observă că era gata să calce iarba şi florile din jur.

- *Ştii cine sunt eu? întrebă firul de iarbă. Dacă nu, atunci ascultă povestea mea. „Cică, într-o împărăţie tare de demult, trăia o femeie pricepută la ţesut. Aşa se face că împăratul o chemă la împărăţie dându-i să ţese un covor din flori şi raze de soare. Coşurile o aşteptau*

la împărăţie, lângă război, dar razele de urzeală lipseau. De unde să le ia?

Văzând-o necăjită, soarele împrumută femeii câteva raze şi aceasta se şi apucă de ţesut. Galbene cum erau, începură să o ardă la degete pe ţesătoare. Şi, ca să le astâmpere focul, femeia le stropi cu apă limpede şi albastră ca cerul. Vai, ce supărare! Firele de soare se făcură verzi ca tulpinile *şi frunzele florilor. Femeia le prinse între degete. Ce moi erau! Şi ce frumoase! Florile se prindeau parcă singure în ţesătura războiului făcând-o şi mai frumoasă.*

- Unde sunt razele de soare? făcu împăratul privind ţesătura din război.

- Mă ardeau la degete şi le-am stropit cu apă. S-au făcut verzi, spuse femeia privind spre frumuseţea ţesăturii.

Împăratul întinse mâinile spre război să rupă ţesătura, dar femeia şopti:

- S-acoperiţi pământul, fire verzi! Să vă zică ***fire de iarbă****, surori cu tulpinile şi nimeni să nu vă poată scoate din pământ. Unde v-aţi rupt, să creşteţi la loc.*

Şi împăratul văzu cu uimire că în locul războiului, fire mici, scurte şi verzi, presărate din loc în loc cu flori, cuprinseră întreaga împărăţie.

Încercă să le rupă, dar creşteau la loc, tot mai verzi şi mai frumoase.

Acum, privind în jur, Ionuţ mângâie cu grijă firul de iarbă ce era rază de soare stâmpărată cu stropi de apă.

Observaţii

Într-o asemenea manieră se scrie şi se prezintă **povestea terapeutică** pe care consilierul pastoral o poate folosi cu succes, atât când subiectul este copil, cât şi când este adult. E bine, pentru bunul mers al terapiei, în anumite cazuri, subiectul terapiei să fie stimulat să-şi

scrie propria poveste (exemplele anterioare au demonstrat acest lucru).

În cazul în care subiectul terapiei este copil, se cuvine ca acesta să fie deprins:

a) să spună o poveste sau să o creeze (Paşii: 1. să găsească o poveste care să-i placă; 2. să citească şi să recitească povestea preferată; 3. să analizeze personajele; 4. să analizeze ceea ce i-a plăcut cel mai mult; 5. să adauge sau să omită din poveste ce i-a plăcut mai mult sau nu i-a plăcut; 6. să-şi povestească lui însuşi noua poveste; 7. să aibă încredere în sine când spune noua poveste; 8. să repete povestea până o va şti bine; 9. să spună şi altora povestea, acceptând atât lauda, cât şi critica.

b) să aleagă o poveste (Paşii: 1. să aleagă cele mai frumoase poveşti după propria părere; 2. să caute o poveste în literatura clasică sau în realitate; 3. să găsească o poveste care să i se adreseze personal; 4. să cunoască grupul „ţintă" căruia vrea să-i spună povestea; 5. să ia parte la întâlnirea povestitorilor profesionişti; 6. să-şi testeze poveştile selectate prin grupul „ţintă".

c) să realizeze „fişa poveştii sale", menţionând titlul, autorul, sursa (carte, bibliotecă, proprie), timpul alocat povestirii, personajele, succesiunea evenimentelor, grupul „ţintă", genul povestirii.

Încheiem capitolul practic, cu unele întrebări, mai mult sau mai puţin retorice: „Întrebările simple sunt cele mai profunde. Unde te-ai născut? Unde este casa ta? Unde vei merge? Ce faci? Gândeşte-te la toate acestea din când în când şi observă cum se modifică în timp, răspunsul tău". (R. Bach).

Anexă:

Studii de caz[1]

Tablouri psiho-patologice pastorale. Analizaţi următoarele mărturii, identificând dificultăţile psihologice şi traumele subiectului. Folosiţi-vă de următoarea grilă de interpretare: antecedentele îndepărtate ale situaţiei; antecedentele recente; comportamentul problemă, consecinţele acestui comportament (asupra persoanei, asupra mediului).

O doamnă în vârstă de 39 de ani, foarte tristă, abătută, se prezintă la preot:

„– Am venit pe la dumneavoastră pentru a vă ruga să faceţi nişte rugăciuni. Cine ştie, poate o să-mi fie mai bine. Nu demult am suferit o operaţie de ***cancer la sân****. Din acel moment mi-am pierdut orice elan de a trăi. Sunt dezgustată de mine însămi şi de toată viaţa asta. Nu mai vreau să trăiesc. Îmi pare rău că l-am paralizat în toate acţiunile lui şi pe soţul meu... Mă simt groaznic...*

---

[1] Studiile de caz sunt inspirate din mai multe volume, dintre care amintim: Constantin Oancea, 2002, *Tehnici de sfătuire/consiliere,* Edit. Vavila, Bucureşti; A. Brusco, 1993, *La relazione pastorale d'aiuto, camminare insieme,* ed. Camilline, Torino; G. Bruno, 1995, *Il colloquio psicologico nella Direzione spirituale,* Ed. Rogate, Brescia; I. Baumgartner, 1993, *Psicologia pastorale*, Ed. Borla, Torino; L. Cian, 1992, *La relazione di aiuto, elementi teorico-pratici per la formazione ad una corretta comunicazione interpersonale,* Ed. Elle di Ci, Torino. I. Holdevici, 1996, *Elemente de psihoterapie*, Edit. All, Bucureşti;

Nu ştiu dacă puteţi face ceva... Dacă stau bine şi mă gândesc, **poate e un blestem** *în familia mea. Când aveam doar 12 ani, mama a suferit de un cancer uterin care a „anihilat-o” în mai puţin de 3 ani. După moartea ei, sora mea, cu 3 ani mai vârstnică, a condus toate treburile gospodăriei. Tata, deşi nu s-a căsătorit, nu mai prea era cu noi, deşi venea acasă, seara. Nu ştiu dacă el ne-a iubit, şi cât ne-a iubit. După moartea mamei, a văzut în noi, sigur, urmele vieţii lui de familie, prelungirea în timp a raportului său cu mama. Simt că nu mai vreau să mai trăiesc... fetele mele sunt deja mari, iar eu sunt bătrână. Prefer să nu mai fac umbră pământului. Nu mai sunt bună la nimic. Am fost în şomaj un timp iar acum nu mai beneficiez de medicamente subvenţionate câte mi-ar trebui. Sunt atât de obosită şi de sătulă de tot! Soţul meu nu mai prea calcă pe acasă. Sunt dezgustată. Nu suport nici măcar să mă atingă. Într-o seară m-a invitat la o plimbare. De plimbare îmi arde mie! Mi-e silă de toate şi de toţi. Nu mai suport pe nimeni. Mă oboseşte totul. Vreau să mor...”.*

* * *

Adeseori, ***în spatele unui comportament fobic, se poate ascunde o problemă mult mai complexă şi mai profundă***. Iată un caz în care fobia de a traversa poduri ascunde în spatele ei un fenomen mai complex, care rămâne neobservat de un psiholog atent doar la comportament.

Iţac: *Simt o frică foarte puternică atunci când trebuie să traversez un pod.*

Terapeutul: Mai aveţi şi alte frici sau dificultăţi?

Iţac: *Doar complicaţiile care rezultă din faptul că mi-e frică să trec peste un pod.*

Terapeutul: În ce fel această teamă vă condiţionează viaţa?

Iţac: *Am fost nevoit să renunţ la un loc de muncă excelent la Istambul. Trebuia să trec Bosforul în fiecare zi de două ori. Locuiam pe malul european, în chirie, iar locul de muncă era pe malul asiatic.*

Terapeutul: Locuiţi în Istambul?

Iţac: *Temporar, pentru a face bani pentru familia de acasă.*

Terapeutul: De când timp aveţi această problemă?

Iţac: *De 4 ani. A apărut brusc, când mă întorceam acasă de la serviciu, pe Bosfor, unde uneori se circulă foarte încet. Dintr-o dată am fost cuprins de o stare de panică fără motiv. Îmi venea să intru în maşinile din faţa mea. O dată am avut chiar senzaţia că podul se va rupe.*

Terapeutul: Să revenim la situaţia în care panica a apărut pentru prima dată. Spuneaţi că vă întorceaţi de la muncă. S-a întâmplat ceva la serviciu?

Iţac: *Nimic neobişnuit.*

Terapeutul: Vă simţeaţi bine la serviciu?

Iţac: *Da! Eram chiar propus pentru o promovare.*

Terapeutul: Ce însemna asta, concret?

Iţac: *500 de Euro în plus la salariu!*

Terapeutul: Trebuia să faceţi alt fel de muncă?

Iţac: *Da, din salahor, deveneam supraveghetor al muncii de echipă.*

Terapeutul: Ce aţi simţit în legătură cu această nouă situaţie?

Iţac: *Nu înţeleg, ce vreţi să spuneţi?*

Terapeutul: Mă refer la modul în care aţi perceput responsabilitatea suplimentară. Simţeaţi că sunteţi la înălţimea ei, că puteţi să-i faceţi faţă?

Iţac: *Soţia mea m-a anunţat din ţară că o să vină un bebeluş. Nişte bani în plus mi-ar fi prins foarte bine.*

Terapeutul: Deci, în aceeaşi perioadă aşteptaţi să deveniţi şi tătic şi şef de echipă, promovat într-o funcţie de conducere. Trebuia deci să faceţi faţă la două roluri sociale solicitante: „tătic" şi acasă, şi la serviciu. Aceasta s-a întâmplat atunci când aţi fost cuprins de panică pe pod. Sunt convins că nu aţi ajuns niciodată şef!

Iţac: *Nu, mi-am cerut transferul în alt oraş.*

Terapeutul: Acum, vă rog să analizaţi cu atenţie întreaga situaţie. Aţi avut vreodată vreun accident pe pod sau lângă pod? Sau aţi fost martorul vreunui accident în zona unui pod?

Iţac: *Nu!*

Terapeutul: Lucraţi în continuare la aceeaşi companie?

Iţac: *Nu. Am primit o ofertă mai bună, cu mai mulţi bani. Lucrez la ei de peste un an.*

Terapeutul: Câştigaţi mai mult sau mai puţin decât la Istambul?

Iţac: *Mai puţin…*

Terapeutul: Dacă nu v-ar fi apărut fobia de poduri, şi aţi fi lucrat pe mai departe la Istambul, pentru 700 de euro în plus, unde credeţi că v-aţi fi aflat astăzi?

Iţac: *La Istambul, sigur.*

Terapeutul: Ca „şef”? Bine plătit şi stimat?

Iţac: *Nu ştiu. Poate mi-aş fi dus şi soţia şi copilul acolo. Iar casa din România ar fi fost gata, cu siguranţă. Iar eu aş fi fost respectat pentru munca mea.*

Observaţii:

Terapia, în acest caz, a fost deplasată de la problema fobiei de poduri la unele ***aspecte din istoria vieţii pacientului***. Acesta era cel mai mic din cinci fraţi şi şi-a însuşit ***aprecierea mamei sale*** că, spre deosebire de fraţii săi deosebiţi de dotaţi, ***nu va ajunge niciodată, nimic în viaţă***. A fost utilizată tehnica desensibilizării, dar nu pentru fobia de poduri, ci pentru condiţionările negative din copilărie. A fost realizată o ***ierarhizare a afirmaţiilor făcute de mamă***, afirmaţii care urmăreau ***minimalizarea calităţilor subiectului care a fost imunizat faţă de afirmaţii de acest tip.*** De îndată ce a căpătat încredere în sine, ***fobia de poduri a dispărut la fel de brusc precum a şi apărut***. În acest caz, fobia de poduri avea ***funcţia de a preveni impactul cu neîncrederea şi nesiguranţa sa în domeniul profesional, al competenţei, al responsabilităţii şi al auto-realizării***.

* * *

Un tânăr de 17 ani, care avea întâlniri dese cu psihiatrul din cauza unor atacuri de panică, vine la preot însoţit de mama sa:

Mama: *Părinte, de o foarte bună perioadă de timp fiul meu nu se mai desparte de mine. Se deplasează pretutindeni în oraş doar însoţit de mine. Zice că are nevoie de protecţie. Un timp, după ce am mers la medic, s-a simţit mai bine. I-au făcut ceva tratament chimioterapic. Au dispărut atacurile de panică, s-a mai liniştit. La doar două săptămâni după ce medicul a confirmat că tulburarea este în regresie constantă, cu alte cuvinte e aproape vindecată, a avut o nouă criză de „anxietate", cu palpitaţii. Nu ştiu că să mă mai fac cu el... poate că-i „vrăjit". Poate a făcut cineva farmece pe el.*

Preotul: Ultima criză, în ce context s-a declanşat?

Fiul: *Eram împreună cu mama, în autobuz. Dar, spre deosebire de alte dăţi, ea şi-a găsit un loc în autobuz mai în faţă, s-a aşezat, fără să se mai uite înapoi. Eu a trebuit să stau abandonat, în picioare, pe interval. Fiind mare înghesuială, a apărut „criza de nelinişte". Am simţit că voi leşina. M-am enervat enorm. Ea s-a aşezat bine-mersi, iar eu am rămas al nimănui. Întotdeauna a făcut ea aşa. Nu s-a îngrijit de mine niciodată cu adevărat, nici măcar acum, când vede că sunt bolnav şi neputincios. Am simţit că turbez de supărare. Nu-i aşa că-şi calcă în picioare datoriile?*

Analiză: După ameliorarea stării de sănătate, mama nu i-a mai acordat atenţia „cuvenită" unui bolnav, nu i-a oferit locul în autobuzul aglomerat. Aşa că s-a născut frustraţia „masculului" lipsit de atenţie şi respect,

ignorat. Tânărul suferea de o ***nevoie de protecţie exagerată***, şi avea o modalitate tip „şantaj" de a le comunica. Parafrazarea şi analizarea situaţiei în perspectivă psihologic-pastorală a creat o detaşare a tânărului de situaţia lui anterioară, el însuşi identificând în manifestările sale un orgoliu adolescentin banal, în virtutea căruia un om imatur duhovniceşte poate pretinde să fie servit şi adulat.

* * *

La preot se prezintă un bărbat de vreo 30 de ani, rugându-l să-i facă o rugăciune pentru „dezlegarea cununiei”:

- *Domnule preot, am venit la dumneavoastră din cauza ultimelor mele eşecuri din viaţa sentimentală. Mi s-a spus de mai multe ori că mi-i legată căsătoria, dar n-am crezut. Am trăit câţiva ani cu o femeie divorţată, care avea un copil. E adevărat, ne certam des, iar uneori era necesar să fie abţiguită. Asta pentru că ea nu mă respecta ca pe un adevărat bărbat al ei. Tot timpul lua decizii fără să mă întrebe, iar apoi deciziile se dovedeau a fi insuficient de inteligente. În primul rând, n-a fost capabilă niciodată să recunoască la adevărata valoare pregătirea mea profesională. Eu am făcut o înaltă şcoală de contabilitate, recunoscută de toţi prin valoarea ei. Ea putea fi mândră de pregătirea mea. În al doilea rând, mi-am dat seama că pe primul loc ea nu mă pune pe mine, ci pe fata ei. I-am spus de mai multe ori: „De-ar fi chiar fata mea, n-aş permite aşa ceva! Bărbatul e capul familiei, el conduce, el are primul loc!” Ne-am certat ultima dată ca la uşa cortului, a chemat poliţia şi m-a dat afară din apartament (căci era apartamentul ei), pentru câteva lovituri de pumn ce i le-am aplicat. N-am făcut-o des, dar o femeie, dacă n-o baţi, nu ştie că-i iubită...*

Preotul: Această femeie cu copil este singura dumneavoastră relaţie afectuoasă din viaţă?

- *A, nu... dar ea este ultima, de care m-am legat mai tare. E drept, acum e prima dată când a luat partenera decizia despărţirii. De obicei, eu lichidam o relaţie, atunci când îmi dădeam seama că nu corespunde exigenţelor mele. Foarte multe femei nu înţeleg că şi soţul trebuie să fie protejat, îngrijit, ferit de pretenţiile exagerate ale altora...*

Părinţii mei m-au învăţat dintru început ce înseamnă să fii iubit. Eu – nu am apucat să vă spun – am venit pe lume când părinţii mei erau bătrâni, aveau aproape 50 de ani. Dar ei au fost primii care au ştiut că eu mă voi realiza deplin în această viaţă şi voi fi apreciat de oameni. Eu am fost dintotdeauna o speranţă în mijlocul celor în care am trăit. Mama mea îmi repetă şi acum că voi fi fericit doar dacă soţia mea va vedea adevăratele mele calităţi şi se va ridica la înălţimea performanţelor mele intelectuale şi profesionale.

Preotul: Dar aveţi nişte realizări deosebite, unanim recunoscute?

- *Toate aceste lucruri se vor confirma, fără tăgadă, în viitor. Părinţii meu n-au putut să greşească în intuiţiile lor. De altfel, de îndată ce va apărea un post de contabil bine remunerat la o bancă, voi candida, pentru a se confirma public competenţa mea. De aceea am venit la dumneavoastră să-mi faceţi o rugăciune de dezlegare a cununiei şi să mă ajutaţi să-mi găsesc „jumătatea" ideală. Cred că aţi înţeles exact cum aş dori eu să fie... părinţii mi-au confirmat după fiecare eşec că ei au „pregătite" multe fete potrivite mie, dar eu doresc să fiu sigur că Dumnezeu e cu mine în ceea ce voi întreprinde.*

Analiză: Acest om a fost privit mereu de către părinţi ca o speranţă profesională care urma să se realizeze într-un viitor incert. În fapt, subiectul nu dăduse nici o dovadă a calităţilor sale „deosebite". În pofida nerealizărilor şi a stării prelungite de incertitudine, el se iluziona şi îşi vedea un viitor „dilatat", încărcat de tot felul de şanse. Actuala criză, aparent exterioară, este determinată de ***incapacitatea sa de a evolua de la psihologia unui adolescent la cea specifică unui bărbat matur, generos, tată şi soţ protector***. El se simte încă un adolescent care trebuie adulat, ascultat şi protejat.

* * *

Un tânăr inginer de 32 de ani solicită o întâlnire duhovnicească cu preotul întrucât doreşte „să intre în mănăstire”.

Inginerul: *Părinte, m-am hotărât să mă duc la mănăstire. De fapt, trebuie să spun dintru început că nu am o sănătate de fier. Am palpitaţii la inimă adeseori, stări de nelinişte, cefalee, o stare continuă de nerăbdare, nu-mi găsesc nicidecum pacea. Cred că Dumnezeu îmi cere să mă duc la mănăstire. Acolo voi fi fericit. Acolo pot face orice, muncitor necalificat, îngrijitor de animale, voi trudi la săparea pământului dacă e nevoie..., orice. Nu ştiu cum de am ajuns în starea asta, totuşi recunosc că e disperată, nu mai suport viaţa din lume, vreau să mă retrag, nu mă mai înţeleg pe mine însumi, nu mă mai recunosc, sunt şocat, pentru mine viaţa a devenit insuportabilă...*

Preotul: Ştiţi, viaţa la mănăstire este, realmente, foarte frumoasă, liniştită, densă în trăiri interioare, dar pentru a o gusta, e nevoie de o anumită vocaţie. Ea nu e un mod de a scăpa de viaţa aceasta, de „refugiere” din lume. Vocaţia monahală este (conform învăţăturii Bisericii) esenţială pentru intrarea într-o mănăstire. Aţi recunoscut în trecutul dumneavoastră indicii ale acestei vocaţii?

Inginerul: *Părinţii mei au fost amândoi ţărani, dintr-un sat uitat de lume. Eu, doar prin eforturi supraomeneşti am ajuns să fac o facultate. Când luam vacanţa de la universitate, mergeam uneori o zi întreagă pe jos până acasă, mi se umflau picioarele, căci nu aveam bani de aruncat. Am făcut o facultate de instalaţii. N-am terminat-o cu note mari, dar important e că am terminat-o. Am lucrat un timp pe un post inferior, magaziner, într-o întreprindere. M-am*

descurcat foarte bine pe acest post modest, am primit un salariu corespunzător, din care am trăit suficient de bine. E drept, o mărturisesc ca la spovedit, am trăit mai mulţi ani cu o fată mai uşuratică, unii ziceau că-i prostituată. Eu am iubit-o şi avem împreună o fetiţă. Dar cu câteva săptămâni în urmă m-a dat afară din apartamentul ei, reproşându-mi că-s „neam prost”. M-am dus apoi acasă, la părinţi, care m-au omorât cu criticile lor şi acuzele că nu aduc bani în casă, că de ce am făcut şcoală înaltă, ca să stau acasă la vaci etc.… Aşa că am revenit la oraş, şi m-am angajat ca ajutor de şef de echipă la o întreprindere de drumuri. Nu spun la nimeni, dar dorm în magazia unde subalternii mei îşi ţin salopetele de lucru. Ei locuiesc toţi, la oraş, au casă. Eu n-am nici unde face baie. Asta-i viaţă?

Preotul: Dar care vă este acum starea interioară, aspiraţiile?

Inginerul: *Trăiesc o stare continuă de panică. Sunt îngrozit. Mai tare mă agit de când şeful mi-a spus că o să plece o lună în concediu şi eu o să trebuiască să conduc echipa. Eu nu mă pricep aşa bine la drumuri şi ce-o să mă fac? O să râdă de mine toţi muncitorii! Nu am nici un prieten cu care să vorbesc. Dacă stau bine şi mă gândesc, nici n-ar avea cineva de ce să fie prieten cu mine, căci n-am ce să-i ofer. Întrucât sunt o fiinţă lipsită de valoare, nici femeile nu se uită la mine. Acum am o stare de tensiune că simt că înnebunesc. De-aia am venit la dumneavoastră, altfel mai amânam. Oare n-o să înnebunesc? Nu văd nici o cale de scăpare. Poate, mănăstirea, da..., mănăstirea. Acolo o să mă liniştesc.*

Analiză: Problemele acestui tânăr inginer, absolvent al „universităţii de masă post-decembriste”, şi aceasta după eforturi îndelungate, sunt multiple: de

sănătate, profesionale, de inserţie socială, sufleteşti. Prioritare însă între acestea sunt, la o analiză riguroasă, problema duhovnicească şi cea profesională. Starea de anxietate creştea la gândul că se va face de râs în faţa muncitorilor. ***Incompetenţa profesională este un capitol care poate genera dezechilibre interioare foarte grave pe parcursul vieţii.*** În plus, se impune în cazul lui un program de „reconstrucţie a persoanei”: identitatea de sine trebuia să fie consolidată. Iată evoluţia ulterioară a tânărului: a învăţat să lucreze pe calculator, a locuit un timp într-una din camerele de rezervă ale parohiei, şi-a cumpărat o maşină „second hand”, şi-a câştigat câţiva prieteni în parohie, a urmat un master cu specializare în drumuri, a fost promovat la serviciu. Merge la biserică în fiecare duminică. A rămas o persoană fragilă, întrucât noile sale deprinderi nu sunt încă suficient consolidate, sunt de dată recentă raportat la umilinţele anterioare care apasă asupra trecutului său. A greşit oare preotul că nu i-a recomandat intrarea în monahism?

* * *

La preot se prezintă o doamnă din Predeal, agitată şi cu o fizionomie foarte crispată:

- *Părinte, am venit la dumneavoastră la recomandarea unui psiholog. Eu nu mă simt „acasă" întru cele ale religiei, dar încerc să fac totul pentru sănătatea mea, aşa că „o fac acum şi pe asta". Am fost internată la spital din cauza unui diabet insulino-rezistent. Uite, am aici şi biletul de externare. M-am uitat şi eu ce scrie acolo, căci am făcut şi eu niţică şcoală. Nu ştiu, dar depresia anxioasă care e scrisă acolo nu mi se pare că poate să-mi facă viaţa chiar aşa, un infern. Nu pot să dorm noaptea, sunt tot timpul neliniştită, am gânduri negre, mă agit. Nu mai pot să suport viaţa aceasta.*

Preotul: Doamnă, Dumnezeu este iubire, iar el nu doreşte ca noi să fim nefericiţi şi bolnavi. Boala este o urmare a căderii naturii noastre, dar Dumnezeu poate, şi vrea, să ne redea sănătatea… Dar medicul, ce anume v-a sfătuit să faceţi?

- *Mi-a dat un vagon de anti-depresive, dar fără rezultate. Nu mă simt mai bine şi nici chef de viaţă nu am mai mult. Cât timp le iau, parcă, parcă, lucrurile merg puţin mai bine, dar nu vreau să le iau tot timpul, căci, totuşi, n-am decât 55 de ani, şi doar n-o să mă îndop cu medicamente până în clipa morţii... Nu ştiu ce să mă fac. A zic medicul că doar dumneavoastră aţi putea face ceva, ar trebui să-mi faceţi ceva, n-am înţeles bine, ceva foarte vechi, parcă „spovadă" i-a zis. Aş vrea s-o facem şi pe asta, că nu mai pot.*

Preotul: „Sigur că da, singurul lucru este că această „Taină" trebuie puţin pregătită anterior, printr-un dialog duhovnicesc, care are, la rândul lui, o mare putere terapeutică. „Spovedania", nu este, cum cred

greşit unii, un „tribunal”, ci o „clinică”. Nu este o simplă înşiruire de păcate, ci o dobândire har, ca urmare a regretului pentru erorile comise şi necazurile provocate altora. Toate păcatele noastre sunt o formă de a-L întrista pe Dumnezeu.

- Părinte, pentru prima dată simt acum că am puterea să vă spun un lucru, pe care nu l-am spus nimănui, niciodată, dar pe care multă lume, parţial, îl ştie. Eu n-am vrut să-l spun nimănui până acum. Viaţa mea a devenit un iad din clipa în care fiul meu, un tânăr frumos şi deştept de 24 de ani a murit într-un stupid accident rutier. Mereu îmi vin nişte gânduri să mă duc, să-l dezgrop şi să-l îmbrăţişez. Dacă aţi şti cât l-am iubit! Şi nici nu cred că i-am spus-o. N-o să uit clipa aceea toată viaţa mea... El era bun şi blând, dar eu eram cam îndărătnică şi poruncitoare. Aşa l-am crescut. Mă credeam o mamă „grijulie”. Plouase, şi carosabilul era umed. I-am zis să nu meargă cu motocicleta în acea dimineaţă la serviciu. Dar... de fapt, de mă gândesc bine, altceva nu avea, iar fără motocicletă, ar fi întârziat. El, totuşi cu delicateţe, nu m-a ascultat. Aşa m-am enervat când l-am văzut plecând, pentru că „nu mă ascultă”, că am zis: „Să dea Dumnezeu să nu te mai întorci în veac! Că n-asculţi de mama ta...!” Fiul meu – îmi vine acum să urlu – s-a întors acasă doar pe catafalc. A alunecat cu motocicleta pe asfaltul ud şi a intrat sub un tir. I-a zdrobit capul. Nu pot să mai trăiesc, nu pot să mi-o iert aceasta până voi muri. Eu sunt de vină... şi cât de tânăr şi de frumos era! Şi avea toată viaţa în faţă... i-a rămas soţia cu un bebeluş de 2 anişori.

Întrebări orientative în derularea analizei: „De ce nu era această femeie tentată de „sinucidere?”. „Care

era nucleul esenţial, invizibil, generator al depresiei ei cronicizate şi al stării ei perpetue de vinovăţie?”; „Ce-i rămâne de făcut preotului?” Observaţie: modul ei de a gândi este un exemplu macroscopic de „gândire ostilă, de împlinire a profeţiei” (*wishful thinking*) care (odată „împlinită”) a dat naştere unei vinovăţii pe care, de obicei, victima are tendinţa să nu o mai abordeze niciodată.

* * *

Tânărul Sisif are 25 de ani, este foarte slab din punct de vedere fizic, a studiat teologia pentru 5 ani şi doreşte să devină preot. Vine la preot pentru o discuţie duhovnicească.

- *Părinte, simt că am o chemare specială. Ştiţi, am terminat teologia în urmă cu 2 ani, şi am cerut chiar Prea Sfinţitului să mă hirotonească. El a tot amânat, invocând faptul că am făcut doar Teologia Asistenţă Socială, că trebuie încă să mă gândesc bine cum rămâne cu căsătoria etc. Eu sunt cam hotărât la acest capitol, nu vreau să mă însor... vreau şi eu, cum o zis bătrânul acela la Mitropolie: „Vreau să fiu şi eu o ţâră de popă...”. Glumesc...*

Preotul: Şi ce aţi lucrat de când aţi terminat teologia?

- *M-am angajat la un cămin de bătrâni. E drept, nu pe post de asistent social, ci de infirmier, căci numai acesta era liber. Dar între bătrâni mă simt bine. Doar când mi-este rău, atunci îmi dau seama că nu e tocmai bine unde sunt. Atunci îmi doresc să fiu preot, căci simt că am o chemare specială: aceea de a continua în zilele noastre într-o manieră specială, lucrarea lui Iisus. De fapt, ştiţi părinte, nu ştiu dacă v-am spus, eu am avut o revelaţie: Dumnezeu mi s-a arătat şi mi-a spus că trebuie să fac un film despre Iisus. Un film al vieţii Lui, în care rolul de protagonist trebuie să-l joc chiar eu. Acest film va emoţiona profund pe toţi oamenii, şi îi va întoarce la Dumnezeu pe toţi circumspecţii. Astfel, lumea se va reîntoarce spre rugăciune, va învăţa din nou să se roage. Eu am adeseori senzaţia clară că eu trebuie să sufăr precum Iisus. Da, acesta este destinul meu, de a suferi ca El.*

Preotul: Da…, duhovnicească revelaţia aceasta… Şi ai mai avut şi alte viziuni?

- *Da... de exemplu, chiar acum pot să vă fac o mare profeţie: Vinerea viitoare, voi avea un accident de maşină la intersecţia dintre Strada „Liliecilor” şi Strada „Lungă”, lângă Magazinul Central.*

Preotul: Bine, dar de unde-ţi vin ideile acestea?

- *Mi-au fost descoperite de „aceia”.*

Preotul: Care „aceia”? De cine vorbeşti?

- *„Ei” sunt în legătură cu poliţia şi cu psihiatrii. Ei sunt permanent cu mine. Nici o clipă nu mă lasă singur. Sunt un adevărat prizonier al lor. Mă ascultă, în continuu, îmi observă activitatea de-a lungul întregii zile, şi îmi poruncesc ceea ce trebuie să fac. Uneori chiar mă tulbură profund... nu demult mi-au cerut să o pedepsesc pe sora mea şi pe mama mea care fumează. Mi-au spus că nu sunt vrednice de mântuire căci l-au trădat pe Dumnezeu. De câţiva ani am un jurnal foarte amănunţit. Uite, când veniţi odată la mine am să vi-l arăt... am ajuns la al 8-lea top de hârtie. Îl ţin închis acasă. Uite aici, ultimul top... uitaţi cât de amănunţit este scris totul aici. Nu mă despart de ele, Doamne fereşte! Pe celelalte 7 topuri le-am închis într-o valiză, iar valiza am închis-o în dulap, iar cheia am ascuns-o în pod. Asta pentru că „ei” vor să mi le fure. Privind acolo, am în detaliu scrisă întreaga mea viaţă... mai ales ultimii ani...*

Preotul: Dar de ce sunteţi atât de slab? Nu mâncaţi? Săriţi peste unele mese?

- *Uneori trebuie să postesc, întrucât aşa vreau „ei”. Atunci rămân pentru câteva zile în camera mea, nu ies din casă, nu vorbesc cu nimeni, sunt preocupat doar de gândurile mele. Dacă aş ieşi, aş fi tentat să mănânc ceva, iar „ei” mi-ar pedepsi fapta, desigur.*

Mărturia finală a preotului (în absenţa lui Sisif): „În anumite perioade de „normalitate”, care durează de obicei, nu mai mult de câteva luni, tânărul Sisif mi-a mărturisit ***cât de util i-am fost pentru a ieşi din „infernul” în care trăieşte.*** Eu personal, nu-mi pot da seama „cât de mult am contribuit” la ***temporara lui vindecare***, şi consider ajutorul pe care i-l acord ***o modestă contribuţie care se adaugă la tratamentul psihiatric*** pe care-l urmează constant domnul Sisif.

* * *

Mariana a avut nevoie de ani mulţi pentru ca să-şi dea seama cât de mult are tendinţa spre depresie. A crescut într-o familie din mica burghezie, tatăl ei fiind vânzător (plin de poftă de viaţă şi dorinţă de căpătuire materială) şi o mamă infirmieră (toată plină de rigoare şi de simţul datoriei). Amândoi părinţii şi-au dorit pentru Mariana ***o viaţă mai bună decât a lor****, iar ea, când va fi mare, să aibă un loc de muncă şi un statut care să fie din punct de vedere social mai bine luat în considerare, mai prestigios. Au hotărât deci ca fiica lor să devină învăţătoare.*

Astfel, de mică copilă Mariana a simţit continuu avertismentul părinţilor ei: „Vei deveni cineva doar dacă eşti superioară celorlalţi". Aşa că mama face temele împreună cu ea, iar când ceilalţi copii, odată terminată şcoala, se joacă pe stradă, Mariana trebuie să exerseze împreună cu mama cum să citească şi să scrie. Prieteniile ei sunt de foarte scurtă durată, deoarece ea n-are voie să se joace pe stradă, nici să participe la sărbătorile şi onomasticele colegilor. ***Devine prima din clasă, dar este singură.*** *Când se ajunge la sfârşitul de săptămână,* ***acasă i se pare că stă precum într-un cimitir,*** *şi de-abia aşteaptă ziua de Luni, chiar dacă în clasă nu are nici o prietenă. Dar totuşi este mai liniştită decât sub continua supraveghere a mamei.*

Când poate, în sfârşit, să înceapă studiile superioare, Mariana răsuflă uşurată: dar nu ştie cum să-şi petreacă timpul liber, nu a învăţat încă să-şi petreacă într-o manieră plăcut şi relaxată timpul liber. Aşa că petrece ***acest timp de la sfârşitul săptămânii în muncă. Acest fapt îi dă siguranţă*** *şi doar atunci când a lucrat îndestul de mult se simte într-o oarecare măsură bine.*

*Atunci când devine învăţătoare într-un sat vecin, îşi dă seama că este, de fapt, „**mortal de obosită**”. Se simte stoarsă, epuizată, incapabilă să facă lecţii dinamice, fără suflare. Totuşi, se târăşte la muncă cum poate. **Odată terminate orele de şcoală, se aruncă pe pat.***

*Medicul, la cererea directorului şcolii, îi prescrie câteva medicamente care pentru câtva timp o smulg din umorul ei trist. Progresiv, se simte mai bine. După ce şi-a petrecut concediul de vară la părinţi, se simte din nou bine. Dar durează puţin. I se pare că directorul şcolii îi apreciază negativ eforturile la şcoală şi că e nemulţumit de ea. Totuşi, nu are curajul să-l întrebe dacă ceea ce ea gândeşte este adevărat. În fantezia ei, **această idee al presupusului ei faliment devine tot mai insistentă** şi se înstăpâneşte în ea. **Nu mai citeşte**; îi este frică de zgomote, iar dacă vecinii trântesc uşa, tremură de groază. Dar, mai presus de toate, **îi este frică de viitor, de viaţă**. „Aş fi fost mulţumită dacă mi s-ar fi prăbuşit tavanul în cap, căci atunci totul ar fi luat sfârşit. Nu ar mai fi trebuit să mă întreb atâta **dacă n-ar fi fost mai bine de nu m-aş fi născut!”.** De atunci, Mariana **se gândeşte serios să-şi ia viaţa**...*

* * *

Iată relatarea despre sine a unei tinere de 22 de ani, studentă în anul III la arhitectură:

- *Părinte, sunt într-o stare de nedescris. Nu ştiu dacă voi mai găsi vreodată vreun prieten pe care să-l iubesc, cu care să comunic, care să mă înţeleagă. Nu sunt o fire practică. Nu cred că aş putea să cresc un copil, deşi îmi doresc mult să fiu în rândul lumii, să am un scop pentru care să trăiesc. Mi-e teamă c-aş putea să mă îmbolnăvesc din nou, stând în stres şi făcând efort la facultate. Am sentimentul că vârsta mea psihică şi fizică este de 16 ani, şi că nu voi putea niciodată trece de acest prag. Toate aceste neputinţe îmi dau o tensiune foarte puternică, insuportabilă, care îmi mănâncă energia. Aş vrea să fac „design", sau cel puţin mă atrage, dar nu vreau să-mi schimb profilul acum. Deviza „totul depinde de tine" mă sperie, pentru că până acum nu am realizat nimic. Nu am lucruri de care să fiu ataşată, nu mă mai entuziasmez de nimic. Sufăr când văd perechi de tineri pe stradă etc. Am început să plâng des. Nu mai văd sensul vieţii. nu ştiu pentru ce să lupt. Am greşit pentru că sunt prea diferită de ceilalţi. Îmi plac foarte mult formele lucrurilor, culorile... dar nu pot să mă transfer de la arhitectură... dacă trec la colegiul de design o să mor. Nu ştiu cum să fac să promovez şi anul III unde sunt. Îl simt ca ceva imposibil de finalizat. Eu nu mă mai pot da jos din pat... e drept că la colegiu aş dobândi mai uşor o diplomă de absolvire şi aş avea imediat un serviciu în mână. Dar nu asta mă interesează acum. Eu nu mai pot să trăiesc... Şi când mă gândesc ce fată eram! Am fost şefă de promoţie la Liceul de Informatică din Cluj. Am fost în relaţie numai cu premianţi şi oameni de mare succes!*

Colegii şi colegele mele au terminat facultatea. Şi când mă gândesc la „redusa aia” de Erji. Era atâta de superficială şi avea rezultate slabe la învăţătură. Iar ea s-a licenţiat iar eu stau blocată în anul III. Vreau să mor. Nu pot admite să fiu o ratată... Şi când mă gândesc cât de mult am muncit! Am depus toată energia în proiecte şi în învăţat. Am stat la acel proiect până noaptea la 3 şi jumătate. Nici prin cap nu mi-a trecut că o să iau doar 9. De-atunci totul mi s-a prăbuşit înaintea ochilor. Toate mi-au mers rău de atunci încolo. Vai, dacă mă gândesc bine, până acum nu am realizat încă nimic”.

Observaţii: Analiza stilului de exprimare a acestei studente a evidenţiat trăsături obsesionale: ***grijă excesivă pentru amănunte şi perfecţiune,*** precum şi ***deviza: „calitate sau nimic”.*** Se observă în expunerea fetei multă debusolare, o gândire negativistă, un sentiment de neputinţă, şi transpar câteva standarde de la care ea nu este dispusă să abdice. În cazul afirmaţiei „nu mai văd sensul vieţii” lipseşte o bucată importantă pe care trebuie să o intuiască preotul: „Nu mai văd sensul vieţii… în afara reuşitei obţinerii licenţei la facultatea de arhitectură”. Convingerea filosofică fundamentală a fetei („trebuie să realizez lucruri mari pentru a putea exista, pentru a fi demnă de familia mea şi de colegii mei”) poate fi identificată în subconştientul ei. „Până acum nu am realizat nimic”. Este o aserţiune care tinde să ignore sau să minimalizeze faptul că a absolvit un liceu foarte buni şi 2 ani de facultate care ar putea fi valorificaţi în diferite moduri. Ei reprezintă o bază de plecare reală. Negarea devizei „totul depinde de mine” ascunde frica de asumarea răspunderii şi de acceptare a unei situaţii mai puţin convenabile pe moment. Aceasta ar putea

include schimbarea profilului, solicitarea de ajutor, acceptarea obţinerii de note mai mici, şi definirea ca obiectiv principal a următoarei idei: „Să accept o evoluţie universitară mai puţin glorioasă dar să merg mai departe!”. În spate este percepţia vagă că acceptarea unui nou mod de existenţă ar reprezenta un „prag de netrecut”. ***(Constantin Oancea, 2002)***

* * *

Alice: *Mă gândeam la felul cum mă port la serviciu. Mi-am făcut un obicei să încerc să fac oamenii să se simtă bine în jurul meu, să aplanez conflictele…*

Preotul: *Cu alte cuvinte, faci eforturi ca lucrurile din jurul tău să se desfăşoare cât mai lin şi oamenii să se simtă cât mai în largul lor…*

Alice: *Da. Cred că asta este. Motivul pentru care o fac nu este că aş fi „bunul samaritean" care încearcă să-i facă pe clienţi fericiţi, ci pentru că mi-e mai uşor să joc rolul ăsta. L-am jucat mult timp şi acasă. Nu mi-am susţinut niciodată cu tărie convingerile în cazul în care am avut cu adevărat vreo convingere pe care s-o apăr.*

Preotul: *Simţi că de mult timp joci rolul persoanei drăguţe care netezeşte asperităţile şi aplanează conflictele?*

Alice: *Da.*

Preotul: *Aceasta mai degrabă decât să ai propriile tale opinii sau reacţii... Nu-i aşa?*

Alice: *Asta este. Nu am fost niciodată cu adevărat eu însămi sau nu am ştiut care este „eul" meu real. Ar trebui să joc propriul meu rol, pe care nu-l poate juca nimeni altcineva şi care ar trebui jucat. Voi încerca să dau viaţă acestui rol.*

* * *

Florica, o femeie cam de 34 de ani, se prezintă la biroul parohial.

F.: *Ştiţi, v-am telefonat alaltăieri pentru a stabili o întâlnire...*

Pr.: Da, desigur, v-am aşteptat. Luaţi loc, vă rog…

F.: *Ştiţi, n-aş vrea să vă fac să pierdeţi foarte multă vreme cu mine. Situaţia se prezintă astfel: eu m-am hotărât să divorţez. Şi aş vrea să ştiu ce aş putea să fac ca să fiu sigură că totul îmi va merge bine în viitor. Vreau divorţul bisericesc, căci acesta ştiu că garantează un viitor cu Dumnezeu. Dar îl vreau şi pe cel civil. Nu prea mă descurc la formalităţi. Cunoaşteţi vreun avocat bun?*

Pr.: Desigur… între consilierii parohiali avem şi un avocat. În parohie sunt chiar mai multe cabinete de avocatură.

F.: *Îmi închipui că sunt oameni de încredere...*

Pr.: De încredere?

F.: *În sensul că sunt foarte competenţi, rapizi, oneşti şi... nu prea costisitori!*

Pr.: Desigur, doamnă… preţurile sunt fixe, le puteţi cunoaşte dinainte, sunt afişate la fiecare birou în parte, iar în ceea ce priveşte competenţa nu trebuie să vă faceţi probleme, căci cei pe care vi-i recomand sunt toţi specializaţi în cauze matrimoniale.

F.: *Ce părere aveţi, trebuie să-şi ia unul şi soţul meu, sau trebuie să i-o propun eu?*

Pr.: Adică vă întrebaţi dacă sunt necesari doi avocaţi sau dacă ajunge unul singur?

F.: *Da, căci nu ştiu dacă avem bani pentru doi avocaţi!*

Pr. Cred că este suficient unul singur. Totul este ca soţul dumneavoastră să fie de acord…

F.: *E drept că asta nu o ştiu... pentru că încă n-am apucat să vorbesc cu el. Nu ştie că acum m-am hotărât să divorţez... chiar dacă am vorbit de mai multe ori despre o posibilă separare a noastră...*

Pr.: Vi se pare foarte dificil să-l puneţi în temă cu această decizie a dumneavoastră?

F.: *Da, desigur..., pentru că, vedeţi, nu aş vrea să-l fac să sufere...*

Pr.: A… vă temeţi să nu-l răniţi… dar aţi luat totuşi decizia divorţului…

F.: *Da... eu n-am crezut că viaţa mea va avea un asemenea deznodământ... avem doi copii... Oare e adevărat că ei, copiii, suferă enorm când părinţii se despart?*

Pr.: Deci sunteţi preocupată şi pentru ei… pentru cum vor reacţiona, ce vor gândi… dacă vor suferi…

F.: *Dar, dar ce altă alternativă am? Cu doi ani în urmă mi-a mărturisit că are o altă femeie. Apoi s-a jurat că aventura lui este definitiv încheiată, dar să-i las puţin timp să-şi revină. De atunci... vai, de atunci tot timpul am parte de jurăminte de fidelitate, de promisiuni de iubire eternă, de gingăşii fără seamăn... e plin de afecţiune, îmi aduce uneori cafeaua la pat, îmi cere încontinuu iertare... însă eu am rămas blocată în acel punct... al trădării... al infidelităţii...*

Pr.: Dumneavoastră nu aţi vrut să acceptaţi schimbarea lui în bine, convertirea… să-i zicem aşa…

F.: *El îmi spune că mă iubeşte încă... şi eu îl iubesc, dar nu mai pot avea încredere, mă tem... nu mai am răbdare... nu ştiu ce-i cu mine...*

Pr.: Nu mai aveţi putere…

F.: *Da, îmi lipseşte puterea, mă simt dezamăgită... nu mai am putere să cred în promisiuni...*

Parcă nu mai am nici speranţe... Ştiţi, soţul meu este un om care dă naştere, inevitabil, unor legături foarte profunde... cu toţi cei din jur... aşa că, după cum s-a legat profund de mine... mă întreb, nu cumva şi cu femeia aceea, are o legătură solidă?... gândul acesta mă înspăimântă... chiar m-am gândit odată s-o sun... să vedem care este situaţia...

Pr.: S-o sunaţi pe ea? Dar de ce s-o sunaţi pe ea?

F.: *Pentru a înţelege situaţia mai în detaliu... dar mă tem să nu stric mai tare... Aş fi vrut să ştiu ce are ea în plus faţă de mine... ce l-a atras pe soţul meu la ea... mă tem că este o chestiune de sex... anumite femei... ştiţi... îi atrag pe bărbaţi prin tot felul de metode... of... Aoleu... trebuie să plec să-mi iau copilul de la grădiniţă... La revedere, părinte!...*

Pr.: Plecaţi? Să vă dau adresa avocatului?

F.: *A... nu... mă gândesc să mai trec pe la dumneavoastră părinte... altă dată, să mai vorbim...*

* * *

Analiză: Acest caz prezintă o dificultate specială în tipul solicitării, care l-ar putea determina pe preot – voluntar sau nu – să ia o poziţie anume şi să o influenţeze pe femeie în decizia pe care o va lua. ***Dacă preotul ar fi fost unul dintre acei consilieri care nu are simţul nuanţelor, nici subtilitate în pledoarie***, sau care se teme de un deznodământ care, la prima vedere, merge contra moralei, dialogul pastoral ar fi avut, posibil, un cu totul alt final. Dar iată că, într-o ***atmosferă empatică, respectuoasă***, fără a o judeca pe femeie, credincioasa, ***însoţită afectiv de preot pe tot parcursul întrebărilor şi frământărilor ei, fără intervenţii invadatoare din partea preotului***, a avut posibilitatea să facă să ţâşnească din adâncul fiinţei ei o realitate pozitivă,

sentimentele proprii să se manifeste, să regândească anumite decizii pripite, care s-au dovedit până la urmă a nu fi suficient de inteligente (şi nici definitive!).

* * *

- *Vai, părinte! Cât de mult s-a schimbat viaţa mea în ultimul timp! Nu ştiu ce să mă fac, am descoperit, aşa, parcă dintr-o dată, că am un aspect respingător! Şi mă doare enorm lucrul acesta, chiar dacă vedeţi, am 50 de ani. Mă gândesc că deja am trecut cu mult de jumătatea vieţii mele. Au trecut atâţia ani! Sigur, câţi ani au fost... nu vor mai fi... Mintea mea îmi sune că nu ar trebui să-mi pese la vârsta mea de cum arăt, dar mi-e imposibil să fac abstracţie de asta. Simt că trebuie întotdeauna să mă machiez bine, înainte de a ieşi în lume, pentru ca lumea să nu-şi dea seama că am o piele murdară. În plus, dacă mă analizez bine, îmi dau seama că sunt prea roşie în obraz.*
- *Bine, dar toate trebuie să aibă un început. De când credeţi că a apărut această problemă?*
- *Cu câteva luni în urmă, am fost la coafor cu o prietenă de-a mea. Mi-am făcut părul şi a trebuit să stau aproape o jumătate de oră cu capul sub casca de ondulat. Cred că am exagerat, căci pielea de pe frunte şi cea de pe obraz s-a înroşit un pic. Eu nu mi-am dat seama de asta, dar la ieşirea din coafor m-am întâlnit cu o fostă colegă de serviciu care m-a apostrofat: „Ai înnebunit? Ce-ai făcut? Nu vezi cum arăţi?”. M-am grăbit spre casă şi m-am privit atentă în oglindă: mi s-a confirmat ce-mi spusese colega, aveam un aspect oribil, din cauza pielii înroşite, dar şi a ansamblului chipului meu. Aşa că după acest episod traumatic, m-am hotărât în inima mea să ies tot mai puţin în lume, căci n-aş vrea să râdă lumea de mine. M-am dus şi la medic care mi-a dat ceva alifii să mă ung din când în când, căci pielea mi se părea tot timpul inflamată şi murdară. Vai, viaţa mea a devenit un infern...*

- *Vai, nu trebuie nici să vă alarmaţi fără rost... Eu v-aş pune altă întrebare: dacă staţi bine şi analizaţi situaţia, oare starea aceasta emotivă care acum vă stăpâneşte, nu aţi mai experimentat-o în trecut? Poate chiar în copilărie? Sau este o trăire realmente nouă?*
- *Dacă stau bine şi mă gândesc, îmi amintesc că, în adolescenţă, pubertate, nu mai ştiu, eram tare necăjită căci aveam acnee. Şi colegele de clasă aveau motiv să se creadă superioare. Ştiţi, era tocmai vârsta când orice fată îşi doreşte extrem de mult să fie cea mai frumoasă. Veneam acasă tristă de la şcoală şi plângem ore în şir. Credeam că o să rămân nemăritată din cauza aceasta. Dar cu timpul, mi-a trecut...*

* * *

Analiză: Doamna noastră are ***un concept de „sine" radical corporal***, condensat în expresia: „Arăt oribil!". În această expresie se află sintetizată verbal toată ***imaginea despre sine a femeii, precum şi raportul ei cu lumea şi cu semenii***. Conceptul de „sine" este rezultatul unui proces de formare, de învăţare, fructul unor experienţe, şi este format în contradictoriu cu mediul.

Avem un concept normal de „sine" în cazul unei persoane care poate recepta şi elabora experienţe fără nici o frică interioară. Ea este în continuă evoluţie, deschisă şi în armonie cu noile experienţe. O astfel de persoană este complet deschisă în faţa comunicării, acţiunile ei se bazează pe un maxim de experienţă a realităţii, ea este liberă în faţa conflictelor mari sau a tensiunilor, beneficiind de armonie interioară.

* * *

O tânără de 27 de ani s-a prezentat la preot epuizată:

- Am venit la dumneavoastră, părinte, căci am ajuns la capătul puterilor. Cred că pe toţi cei din jurul meu i-am epuizat. Ştiţi, eu sunt foarte bolnavă… de mult timp am nişte senzaţii foarte dureroase în zona toracică, care devin insuportabile câteodată, fapt ce mă înspăimântă îngrozitor. Mi-e frică că o să mor. Am o mătuşă medic internist cu vechime şi experienţă, pe care o deranjez ori de câte ori am vreo criză. Am ajuns s-o sun şi de 9-10 ori pe zi. S-a săturat de mine… Uneori îmi şi închide telefonul în nas. Nu mai pot să am grijă de soţ şi de copii. Ieri a plecat soţul la serviciu cu cămaşa necălcată căci n-am apucat s-o calc şi mi-a dat telefon o verişoară de-a lui, colegă de la serviciu, şi m-a apostrofat făcându-mă „nesimţită” şi „ipohondră”… Mă întreb cu disperare: oare chiar sunt nebună? Copiii s-au îndepărtat de mine şi mai nou locuiesc la bunici, care îi ajută şi la teme. Ce să mă fac? Cred că pe toţi i-am pus pe jar cu boala mea…

Preotul: *Bine, dar boala dumneavoastră este una confirmată de un medic specialist?*

- Durerile mele sunt prea mari pentru a nu fi vorba de o boală foarte gravă. Eu mă gândesc că este vorba, sigur… de un cancer pulmonar. Mătuşa mea nu a infirmat supoziţiile mele. Mai nou simt o umilinţă imensă când trebuie să apelez din nou la mătuşa. E sătulă de mine. La început se frământa realmente pentru viaţa mea, dar mai nou nu o mai interesează… Am repetat de nenumărate ori analizele generale şi pulmonare, dar rezultatele au fost, spun doctorii, normale. Şi totuşi eu mă simt atât de rău… mai ales când mă apucă durerile: nişte senzaţii atât de neplăcute, iritante, doborâtoare, paralizante, sfâşietoare…

Preotul: *Oare… v-aţi dat seama… că în ultimul timp aţi pornit într-o vânătoare de senzaţii dureroase, că nu faceţi altceva decât să vă contabilizaţi cu precauţie fiecare criză, întrucât acestea vă confirmă presupusa boală, şi aţi uitat să luptaţi cu senzaţiile? Ce aţi zice dacă veţi încerca singură să vă distrageţi atenţia de la presupusele dureri, să le ignoraţi, să nu mai luaţi în seamă nici un posibil indiciu de cancer pulmonar? Şi chiar dacă apar, să nu o mai sunaţi pe mătuşa nicidecum?*

Analiză: Surpriza cea mare a fost că, după câteva zile în care a reuşit să-şi reducă atenţia supra senzaţiilor, acestea şi-au diminuat intensitatea şi frecvenţa, telefoanele de ajutor la mătuşă s-au sistat, iar mătuşa a intrat în alertă şi a început să telefoneze ea însăşi pentru ca să o întrebe despre boală, ceea ce sugerează faptul că rolul ei de sfătuitor îi convenise de minune. Preotul a aplicat aici metoda ***relativizării unor convingeri aparent ferme,*** prin aplicarea unei formule relativizatoare. El a reuşit ***transferul atenţiei de la pretinsa durere, la starea interioară paralizantă de neputinţă care îi împiedica activitatea***. S-a creat astfel o deschidere către analizarea senzaţiilor de neputinţă şi de neajutorare, care nu mai sunt aşa de ameninţătoare, pentru că fiecare ştie că ***senzaţiile sunt totuşi aspecte subiective, mai curând nişte păreri***.

* * *

Este vorba despre un colocviu duhovnicesc al unui preot tânăr, fără experienţă deosebită, cu o tânără de 25 de ani, pe nume Bianca, venită la biserică cu nişte dificultăţi deosebite. Iată-i în colocviu în diaconiconul bisericii, aşezaţi lângă icoana şi tetrapodul consacrat spovedaniei.

B: - *Părinte, am venit la dumneavoastră pentru a-mi clarifica o problemă extrem de importantă pentru viaţa mea şi pentru viitorul meu, care mă apasă de foarte multă vreme, dar căreia nu-i găsesc singură nici o rezolvare...*

Pr.: - Eu sunt aici tocmai pentru a vă asculta şi călăuzi după putinţă.

B: *Dar să ştiţi că mi-e foarte greu să vă spun... Nu ştiu cum să încep... Poate că ar fi bine să vin altă dată... deşi am tot amânat...*

Pr.: Cândva trebuie să vă luaţi inima în dinţi şi să vă uşuraţi. Poate acum e momentul, căci vedeţi… amânarea la infinit nu rezolvă de fapt o problemă. E bine că Dumnezeu v-a dat curajul să vorbiţi cu cineva despre problemele sufleteşti care vă apasă… Iar omul lui Dumnezeu e, în general, persoana cea mai potrivită pentru confidenţe…

B: *Aşa este... Aşa de mult aş vrea să fac lumină în viaţa mea, în trecutul meu, în ceea ce simt, în ceea ce vreau pentru viitor... de fapt, pentru a nu mă învârti în jurul subiectului fără rost, iată problema mea: vrea să ştiu dacă sunt sau nu homosexuală... iată, am zis-o!*

Pr.: Aveţi dubii în privinţa orientării sexuale şi vreţi să vă clarificaţi adâncurile psihicului şi tendinţele necontrolate…

B: *Nu ştiu „dacă” şi „cât” de important este trecutul... Familia mea este un dezastru. Tatăl meu a murit mai de mult, mama mea este o femeie distantă, care nu îşi înţelege copiii. Lucrează ca femeie de serviciu la o şcoală.*

E foarte rece şi sătulă de copii. Aşa că şi pe noi, cei de acasă, ne-a neglijat. Nici nu cred că au interesat-o vreodată frământările şi zbuciumul nostru interior. În viaţa şi copilăria noastră ea a fost „o mare absentă”, chiar dacă locuiam împreună. Nu m-a înţeles niciodată, nici n-a încercat să mă înţeleagă...

Pr. Nu a fost o persoană cu care să vă sfătuiţi, în care să vă încredeţi…

B: *Aşa e... Fratele meu, în schimb, este homosexual. Are 27 de ani, şi nici nu luptă prea mult să ascundă acest fapt. Acum este în spital... doctorii încearcă să-l salveze după a treia tentativă de suicid. S-a aruncat în faţa unui tir...*

Pr.: Dumneavoastră sunteţi fiica cea mai mică…

B.: *Da, sunt cea mai mică... şi sunt cea care am vrut să fac carte... adică am urmat un colegiu feminin pentru a deveni educatoare. Şi gimnaziul l-am făcut tot acolo. Dar după aceea n-am reuşit la titularizare şi deocamdată lucrez la un depozit de carte. În schimb, la gimnaziu, am avut parte şi de nişte experienţe stranii. Când aveam vreo 14 ani, una dintre angajatele de la cămin, aveam vreo 6, o pedagogă, a încercat să aibă raporturi sexuale cu mine... Eu am refuzat-o categoric... nu pentru că nu mi-ar fi plăcut... ci pentru că făceam religie la şcoală şi ... mi-era frică că-i păcat...*

Pr.: Da… acest tip de experienţe lasă urme adânci…

B.: *Aţi înţeles oare? Am zis că n-am acceptat relaţiile pentru că mi-era frică de Dumnezeu, nu pentru că nu mi-ar fi plăcut... şi aici începe frământarea mea... Mai apoi, am mai avut multe oferte. Una dintre ele, chiar cu o lună în urmă. Aş vrea să ştiu de ce lucrurile acestea sunt pentru mine o aşa de mare ispită... mi-e frică că voi ceda, căci, în adâncul fiinţei mele, simt că mi-ar place aceste experienţe...*

Pr.: Aveţi încă tăria să vă opuneţi…

B.: *Da… dar nu ştiu până când… bărbaţii nu mă interesează. Ideea însăşi a unui raport cu un bărbat îmi face greaţă. E mult diferit faţă de cel cu o femeie. Cel cu o femeie mi se pare anormal, aşa îmi spune mintea, dar îl doresc; dar cel cu un bărbat mă face să mi se întoarcă stomacul pe dos. Gândiţi-vă că am un prieten foarte bun, ne mărturisim unul altuia totul… Şi mi-a fost rău după ce el, odată, m-a sărutat pe un obraz. El ştie că am aceste ciudăţenii şi-mi tot spune că într-o zi le voi depăşi…*

Pr. Iar dumneavoastră nu ştiţi cum să depăşiţi această situaţie şi vă simţi precum închisă într-o colivie…

B.: *Da, e chiar aşa… E ca şi când te strânge enorm un pantof, iar la urmă iei decizia să te descalţi, să umbli mai bine aşa, căci e mult mai lejer…*

Pr.: Totuşi e foarte important să faceţi lumină în tot ceea ce simţiţi…

B.: *Da, da… uneori mă gândesc că sexul nu-i aşa important, că putem trăi foarte bine şi fără asta. Dar totuşi, ca orice om, am şi eu atâtea gânduri şi ispite… şi mai simt că aş avea şi eu atâtea de dăruit… aş vrea şi eu să mă dăruiesc, să aduc lumină în viaţa cuiva… mă simt bogată, chiar dacă foarte diferită de alţii… fac lecţii cu copiii săraci, însoţesc o bătrânică şi îi fac cumpărăturile, am grijă de ea, dar nu mă simt satisfăcută doar cu atât…*

Pr.: Toate acestea nu sunt suficiente pentru a vă umple viaţa de belşug şi mulţumire…

B.: *Viaţa este frumoasă şi sunt atâtea lucruri de făcut… Eu vreau să înţeleg ce sens are viaţa mea, trebuie să-i găsesc sensul…*

Pr. Acesta e lucrul cel mai important… Şi care ne aduce întotdeauna la Dumnezeu. E un lucru mult mai important decât toate celelalte… chiar şi decât faptul de a şti dacă sunteţi sau nu homosexuală…

* * *

Un tânăr de 23 de ani a venit la preot după ce a fost la medic acuzând o astenie.

- *Părinte, am venit la dumneavoastră pentru că în ultima vreme mă simt foarte rău, foarte epuizat, mi-a slăbit enorm memoria şi deseori mi se înceţoşează vederea. Medicul m-a fuşerit şi nu m-a băgat în seamă cum aş fi vrut. La anul voi încerca a 5-a oară la Facultatea de Teatru, secţie Regie. Vreau neapărat să reuşesc pe locurile fără taxă, pentru ca să nu suprasolicit părinţii. Sunt hotărât să nu mă las orice ar fi. Ştiţi, eu sunt un descendent din marea familie a Brătienilor, şi toţi înaintaşii mei s-au realizat excepţional în viaţă. N-am de gând să mă las mai prejos sau să fac de ruşine spiţa mea.*

Preotul:

- Ambiţiile acestea mari pretind şi o muncă pe măsură…

Tânărul:

- *Da, tocmai de aceea citesc foarte mult… cred că un vagon de cărţi pe an. Vreau ca până la anul, pe vremea admiterii, să dobândesc cel puţin cultura lui Mircea Eliade. Obişnuiesc să memorez foarte mult, căci ştiu că aşa mă îmbogăţesc ştiinţific. Eu mă pricep la foarte multe, poate şi pentru că cei din neamul meu, antecedenţii, au avut preocupări foarte diferite: unii mari actori, un unchi a fost chirurg de renume în Cluj şi profesor universitar, o mătuşă a fost preşedintă la Curtea de Apel din Timişoara, am chiar o rudenie Colonel în SRI. Poate de aceea, eu mă pricep la foarte multe.*

Preotul:

- Nu trebuie nici să exageraţi… e posibil ca slăbirea memoriei şi înceţoşarea vederii să fie un efect al suprasolicitării. Faceţi o pauză. Nu trebuie să vă fixaţi

nişte standarde prea înalte. Vedeţi, decât să lăsaţi timpul să treacă, poate ar fi mai bine totuşi să acceptaţi să vă înscrieţi la facultatea dorită şi în regim de cu taxă…

Tânărul:

- *Vai ce spuneţi părinte! Să ştie colegii că eu, urmaşul marelui Rădulescu Motru fac facultatea printre ultimii... adică cu taxă... sau să depisteze în mine o anumită fragilitate intelectuală, nici nu mă gândesc... mai bine mai aştept încă 5 ani, dar când voi reuşi, voi fi cu medie foarte mare şi mă vor respecta toţi...*

* * *

Observaţii: Experienţa duhovnicească şi psihoterapeutică demonstrează că ***nu se obţin rezultate pozitive de către preot prin criticarea unor standarde prea înalte de performanţă, auto-impuse de către subiect, sau asimilate solid de către acesta*** şi familia sa. Ambiţiile nemăsurate, chiar dacă însoţesc eşecuri pe măsură, au meritul de a ***ridica subiectul la o înălţime nebănuită***, cel puţin în ochii săi, de a-i ***proteja stima de sine***, de a-l feri de depresie. Altele sunt în aceste cazuri ***priorităţile terapeutice***: prelucrarea gândirii, identificarea regulilor de acţiune greşite, nerealiste. Limbajul utilizat de interlocutor poate să ofere unele indicaţii în interpretarea situaţiei de către preot: utilizarea frecventă a lui „trebuie” sau „ar fi necesar” sugerează ***existenţa unor reguli interne stricte*** (de care nu e conştient, dar ar trebui înştiinţat).

* * *

Preotul în dialog cu o tânără familie (Narcisa şi Filip) aflată în criză.

Narcisa: - *Nu vorbeşti niciodată! Stau aici cu tine, ca şi când aş fi singură. Noroc cu televizorul că mai aud şi eu glas omenesc. Când te întorci de undeva, nu-mi spui nimic… Ai venit dintr-o delegaţie după ce ai lipsit două săptămâni de acasă şi nu mi-ai spus nici măcar ce-ai mâncat. Pentru a afla ceva, trebuie să te întreb de zece ori; smulg cu cleştele cuvintele din tine; sunt obosită... nu mai pot să trăiesc aşa singuratică… În schimb, când totuşi deschizi gura, o faci pentru a începe cu reproşurile şi cu criticile. De parcă nimic nu aş face bine. Muncesc ca o roabă ca să fie totul bine şi nu dai nici cel mai mic semn că ai aprecia truda mea…*

Filip: - Degeaba! Te iroseşti! Munceşti iraţional, fără metodă şi fără rost. Te zbaţi absolut în zadar, pentru tot feluri de nimicuri! În plus, mă oboseşti de moarte. Tu zici că toată atenţia ţi-o focalizezi pe mine. Dar eu am de lucru… Viaţa mea înseamnă nu doar drăgălăşenie cu nevasta, în familie. Viaţa înseamnă şi muncă! Fără bani nu putem merge mai departe. Mai avem două camere la casa noastră nefinisate. Mansarda e neterminată. Ne înghesuim în două camere la intrare. Sunt atâtea de făcut încă... Pe de o parte, îţi place că aduc bani mulţi acasă, inclusiv prin plecările mele constante în delegaţii. Pe de altă parte, nu mă laşi să-mi văd de lucrul meu aşa cum ar trebui. Am sentimentul că tot timpul îmi stai în picioare! Nu ştiu ce vrei de la mine. Mă sufoci! Ai devenit insuportabilă!

Narcisa, către preot: - *Părinte! Nu mai găsesc în el siguranţă şi protecţie. Mă simt abandonată. Mă întreb dacă nu cumva are o altă femeie. Cu atâtea plecări de acasă… nu mai găsesc în el nici căldura de*

până acum. Nu doarme cu mine săptămâni întregi. Eu îl iubesc şi el nici nu mă bagă în seamă. S-a îndepărtat de mine atât de mult…

Filip: - Eşti obositor de suspicioasă! Şi subliniez: de-a lungul întregii noastre căsătorii, nu am avut nici o relaţie cu o altă femeie! Şi aceasta, chiar dacă mi s-au oferit nenumărate şanse! Părinte, ultima dată când am fost în delegaţie, mi s-a lipit „una” de uşa camerei de la hotel. Pe la toate hotelurile se învârt femei de-astea, de moravuri uşoare, care ţi se oferă pentru o noapte. Nici prin cap nu mi-a trecut să-mi înşel soţia. Dar acum, când văd ce-i în stare soţia mea să gândească despre mine, parcă regret!

Preotul: - *Dacă observaţi, lucrul interesant care reiese din dialogul nostru este că fiecare dintre voi sunteţi fideli unul altuia, vă iubiţi, dar totuşi nu vă mai înţelegeţi! Aţi ajuns să vă faceţi tot felul de reproşuri neverificabile şi să vă suspectaţi reciproc de lipsă de fidelitate. Fiecare dintre voi negaţi că celălalt are intenţii pozitive. E ca şi când fiecare* ***aţi căuta un pretext pentru a vă manifesta vulcanic sentimentele negative şi tensiunea acumulată****. Fiecare simţiţi impulsul de a vă abandona partenerul, dar parcă aţi prefera să fie celălalt cel care să facă primul pas, pentru ca apoi să vă puteţi scuza pe voi înşivă.*

Narcisa: - *Părinte, mă iertaţi, dar ştiţi, chiar sunt bântuită constant în ultimul timp de gândul de a-l părăsi pe Filip. Îmi vine să-l trag de păr de supărare… iar când sunt mânioasă parcă aş arunca cu apă rece pe el, chiar i-aş da brânci de pe terasă în iazul din grădină... dar ştiţi, totuşi n-aş vrea nicidecum să ajungem la un divorţ. E prea mult…*

Filip: Părinte, eu trebuie să recunosc că e o fată bună şi încearcă să-mi intre în voie. Mă simt uşurat că gândul n-a dus-o totuşi prea departe. Vecina noastră de

casă a declarat la serviciu că i-ar suci gâtul soţului ei, ca la un pui de porumbel. Vedeţi, soaţa mea are o inimă bună, precum am presimţit eu, de-aia am luat-o de nevastă… drept să vă spun, într-adevăr uneori preferam s-o duc la exasperare cu tăcerea mea, având într-adevăr gândul ascuns că poate-poate, mă va lăsa în pace… mă va părăsi… Dar această părăsire eu nu o vedeam ca fiind ceva pe termen lung…

Preotul: - *Cel mai bine ar fi să încercăm împreună să analizăm aşteptările pe care le-aţi avut fiecare dintre voi în momentul căsătoriei şi care au fost apoi zădărnicite de realitate... De exemplu, dumneavoastră, ca femeie, cu formarea pe care aţi dobândit-o în copilărie şi tinereţe, cum aţi văzut viitoarea căsnicie?*

Narcisa: - *Drept să vă spun, eu eram preferata tatălui meu. Eram nelipsită din viaţa lui. Mă ducea de sărbători la mici şi bere cu el, îmi cumpăra orice rochiţă îmi doream; când am ajuns studentă, întotdeauna îmi dădea bani de care nu ştia mama, „pentru nevoile mele personale”. Întotdeauna mă ducea cu maşina până la gară, în ciuda obiecţiilor mamei mele că „mă prea cocoloşeşte”... Vinerea venea la facultate şi-mi aducea mâncare de acasă, să nu mai cumpăr. Era un tată atât de protector, atât de prezent şi atât de binevoitor cu mine, în orice situaţie! Îmi dau seama acum că nu regăsesc în soţul meu multe din calităţile prezente în tatăl meu... el e atât de absent uneori...*

Filip: - Dacă mă gândesc bine, nici eu nu regăsesc în tine multe din calităţile mamei mele… Ea avea încredere în mine şi îmi lăsa o deplină libertate. Nu mă sufoca cu întrebări şi nici nu-mi verifica fiecare clipă a existenţei… Mi-amintesc odată că am lipsit de acasă o zi întreagă, fără ca ea să observe. Credea că îmi

fac lecţiile în camera mea, iar eu eram, de fapt, la bunica, la vale, cu copiii, la capturat fluturi pentru insectar…

Preotul: - *Cred că putem ajunge împreună la o constatare capitală pentru viitorul vostru matrimonial reconciliat:* ***trebuie să încetaţi să mai căutaţi în celălalt calităţile reale sau presupuse ale părintelui de sex opus din copilărie!*** *Fiecare trebuie să-i dăruiţi celuilalt spaţiu de evoluţie şi auto-realizare. Reproşurile nu trebuie să devină isterice, iar dialogul va fi fecund dacă îl aveţi pe Dumnezeu martor în tot ceea ce faceţi şi spuneţi. Sentimentele de agresivitate şi nemulţumire pe care le aveţi nu trebuie mascate la infinit, trebuie lăsate să se manifeste, pentru a putea crea perspective de corecţie reciprocă.*

* * *

O doamnă de 30 de ani, a venit la preot foarte agitată:

- Părinte, nu ştiu ce să mă mai fac. Bărbatul meu a plecat de acasă şi s-a mutat la un prieten. Ceea ce este mai groaznic este că – mi se pare mie –prietenul acesta al lui, la care s-a mutat, are tendinţe homosexuale. S-au auzit ceva poveşti în oraş despre el. Şi tocmai la el s-a dus! E drept că în ultimul timp, m-am tot certat cu soţul meu. Dar el e de vină pentru toate acestea. Uneori atâta ne răfuiam până izbucneam în plâns. În certuri, trebuie să recunosc, eu nu mă lăsam mai prejos. Asta pentru că, slavă Domnului, ştiu să-mi apăr poziţia. El mă acuza că-s bună de gură, dar principiul meu este că în tot ce spui trebuie să te argumentezi, şi să nu te laşi mai prejos, nici călcat de cineva în picioare. De fapt, a mai încercat o dată să fugă de acasă, dar eu cu mama mea nu l-am lăsat: l-am legat, am încuiat uşile şi am ascuns cheile. Când eu eram la serviciu mama mea avea grijă să-l supravegheze strict, ca nu cumva să plece. Dar culmea! A profitat de un moment de neatenţie, tocmai când eram amândouă acasă, şi a fugit pe geamul de la baie. Nici n-am crezut că încape pe acolo. Vai… închipuiţi-vă, de atunci au trecut trei săptămâni, şi nu a mai dat nici un semn de viaţă. Se pare că nu-l mai interesează familia, nici chiar fetiţa, lumina ochilor mei, care are doar 5 anişori. Eu nu pot să-mi explic ce se întâmplă… mi se pare că este un mare nesimţit. Cum poate să-mi facă una ca aceasta? Vai, cred că sunt victima unei brute fără suflet.

Preotul: *Dar ce l-o fi determinat să plece? Era deja mai dinainte o atmosferă încărcată în familie? Oare nu se simţea învăluit deloc în afecţiune familială?*

- Chiar nu ştiu ce l-o fi apucat. Părinţii mei întotdeauna l-au considerat unul de-al lor, un adevărat

fiu de-al lor. După ce tatăl meu a murit, el a rămas singurul bărbat în gospodăria noastră. Părinţii mei ne-au fost extrem de buni călăuzitori în căsătoria noastră. Ei ne-au sfătuit şi ne-au ghidat ori de câte ori simţeam nevoia. E un mare privilegiu să locuieşti cu părinţii. Ai pe cineva cu experienţă tot timpul aproape. Au fost adevăraţii noştri ocrotitori. Chiar şi după moartea tatei, mama nu şi-a dezminţit vocaţia ei de mamă: ne-a supravegheat permanent, pentru că s-a temut dintotdeauna de un eventual faliment al căsniciei noastre. Asta pentru că el, am simţit eu dintru început, avea nevoie să fie povăţuit în direcţia rafinării manierelor lui. Asta da, la acest capitol era deficitar… L-am ajutat eu şi mama să evolueze enorm la acest capitol. Să devină manierat şi rafinat în tot ce face…

Preotul: *Trebuie multă atenţie în toate... nu cumva prin comportamentul dumneavoastră corectiv el s-a simţit sufocat? Nu cumva manifestările lui erau nu de „brută”, ci de om înspăimântat, constrâns, hăituit?*

- O, nu… nici gând… Noi **trebuia** să-l schimbăm... De fapt, ce **simţea el** nici nu are importanţă… I-am interzis clar, din clipa naşterii fetiţei, să-şi mai cerceteze prietenii din tinereţe şi de facultate; doar, ca om însurat, nu mai avea ce să vorbească cu aceştia; căci, mi se pare mie, aceştia nu îl puteau influenţa decât negativ. Compania lor nu-i era de folos. Şi apoi, cu colegii de serviciu, nu înţeleg de ce avea nevoie de relaţii strânse. Doar are acum familia, asta e adevărata viaţă. Într-o vreme, l-am simţit eu, a încercat o relaţie privilegiată cu vecinii de casă dinspre Răsărit. Stăteau la poveşti pe terasa dinspre garaj. I-am spus clar: ce-ţi trebuie ţie poveşti cu oamenii ăştia fără şcoală? O astfel de relaţie nu aduce nimic bun!

Preotul: *Analizând critic situaţia, vă daţi seama, totuşi, că el a ajuns la situaţia dificilă în care nu mai*

avea o altă viaţă, decât cea din familie? Nu v-aţi gândit la soluţia... să mergeţi chiar dumneavoastră, aşa, „întâmplător” să-l întâlniţi, să ieşiţi undeva în întâmpinarea lui, şi să vedeţi ce frământări are, dar..., bineînţeles, fără să-i faceţi reproşuri sau insistenţe? Poate că el şi-a simţit strivită personalitatea prin intervenţiile tranşante ale dumneavoastră şi ale mamei de a-l schimba... Încercaţi să ieşiţi în întâmpinarea exigenţelor lui de sensibilitate, gingăşie, toleranţă...

- Doamne, părinte, nici prin cap nu-mi trece să mă umilesc în halul acesta. Eu sunt o fiinţă autoritară, de care ceilalţi trebuie să ştie frică. Doar n-o să apar în faţa lui în ipostaza de fetiţă blândă şi domoală, care nu ştie ce vrea de la viaţă! De fapt, e bine să ştiţi, între mine şi el nu au existat raporturi de prea multă candoare. Să termine el cu asemenea pretenţii! În casa mea trebuie să fie disciplină şi o ordine exemplară. El trebuie să se întoarcă la familie şi la fetiţa lui, faţă de care e dator înaintea lui Dumnezeu. Nu accept ca această fată să crească fără tată. Cum a putut să-mi facă una ca aceasta… să plece aşa… Doamne, ce mă voi face?

* * *

Deznodământ: După o perioadă de chibzuinţă, credincioasa a acceptat totuşi sugestiile preotului şi l-a întâlnit „ca din întâmplare” pe soţul ei, care într-un interval relativ scurt s-a întors acasă. După 7 de ani de la acest eveniment, situaţia se menţine bună în continuare, deşi unele criză de mică amploare au mai fost. După împăcare, soţul a recunoscut că dacă nu venea ea „în întâmpinare”, el s-ar fi resemnat cu pierderea familiei, chiar dacă îi iubea foarte mult pe membrii familiei. Femeia însă nu l-a mai vizitat niciodată pe preot, pe motiv că „a jignit-o”, deşi prin aplicarea sfaturilor lui, căsnicia ei a fost salvată. De

fapt, preotul a avut – ceea ce se numeşte în psihiatrie – o „confruntare fierbinte”, care presupune ***o schimbare bruscă a imaginilor mentale ale credinciosului*** despre sine şi realitatea înconjurătoare. Înainte de o asemenea confruntare trebuie avută în vedere tăria „Eu”-lui interlocutorului, precum şi unele trăsături accentuate prezente în el: orgoliul, dispoziţia de fond, gradul de vulnerabilitate etc. Femeia ***se considera o victimă*** în conflictul cu soţul ei. Ea nu percepea, că, în realitate, ***se comportă agresiv şi dominator***. Clasice pentru această categorie sunt afirmaţii de genul: „Eu sunt cinstit… îmi place să spun adevărul… direct în faţă…”, care se constituie în pretexte pentru a afişa ***un comportament agresiv, de multe ori nedrept şi fără menajamente. (C. Oancea, 2002)***

* * *

La preot vine o familie de intelectuali (el, profesor de matematică – ea, inginer) cu fiul lor, un tânăr de 22 de ani.

Părinţii: - *Părinte, copilul acesta al nostru trece printr-o perioadă foarte dificilă. Suferă de o* ***tulburare a deficitului de atenţie****. Am fost la medic, dar cineva vi ne-a recomandat pe dumneavoastră pentru nişte rugăciuni şi nişte discuţii duhovniceşti. Am vrea să le facem împreună, să vedem dacă o să reuşim să-l vindecăm. Noi am pus acest diagnostic; medicul la care am mers a fost cam neîncrezător, cam ambiguu în comunicarea cu noi... dar noi ne-am interesat pe Internet cum putem interpreta simptomele lui... Vedeţi, el a întrerupt facultatea de 3 ori la rând, ceea ce este inadmisibil. Noi am făcut amândoi facultate şi ştim ce înseamnă aceasta. De fiecare dată întrerupe facultatea după 2-3 luni de la începerea semestrului. Am vrea să-i faceţi nişte rugăciuni pentru creşterea potenţialului de concentrare la şcoală.*

Preotul: - O să fac rugăciunile pe care le doriţi, şi evident, puteţi fi prezenţi la slujba aceasta. În schimb pentru discuţiile duhovniceşti, din câte observ eu, el este foarte emotiv, şi poate s-ar deschide mai bine în absenţa dumneavoastră. Discuţiile duhovniceşti au un mare potenţial terapeutic, cu condiţia ca tânărul să-şi poată comunica stările emotive.

Părinţii: - *Dacă credeţi că aşa-i mai bine, noi suntem de acord. Oricum, el ne va spune acasă tot ceea ce aţi discutat. Aşa l-am învăţat de mic: să fie supus şi ascultător faţă de părinţi. Parcă chiar aşa scrie şi în Biblie, nu? Şi apoi, să mai ştiţi că el, când vrea, e foarte harnic. Obişnuia să stea câte 7 ore la masa de calculator când învăţa să lucreze la acesta. A învăţat singur munca*

de informatician. Şi la alte materii învăţa bine pe parcursul liceului. E drept că el avea în cap să dea la medicină. Am fost categoric împotrivă! Noi n-avem medici în familie şi nu i se potriveşte meseria asta, de contact cu oamenii. Nu va putea face performanţă în medicină. Cei din neamul nostru, în general, au o formaţie realistă. Nu lăsăm noi după el când ştim că nu-i bine ce vrea. I-am scos din cap aiurelile astea. Acum plecăm, vă lăsăm în compania lui. Îl aşteptăm la maşină.

Preotul: Florinel…, căci am înţeles că aşa te cheamă, eu mă întreb dacă tu eşti de acord, cu acţiunea aceasta a părinţilor tăi de a te aduce la un preot pentru rugăciuni şi pentru terapie duhovnicească…

Florinel: *Da, căci am făcut religie la şcoală şi mi-a plăcut. Am avut o profesoară foarte drăguţă care ne iubea cu adevărat. Ea a fost de acord cu mine, să urmez medicina. Spunea că e sublim să-i ajuţi pe semeni şi să le alini suferinţa. Asta mi-aş fi dorit să fac. Domeniul acesta real, ingineria de construcţii mă plictiseşte enorm. Nici informatica nu mă pasionează extraordinar, dar totuşi prin calculator poţi lua contact cu o lume deosebită, prin internet...*

Preotul: - Îţi dai seama că este posibil ca crizele tale şcolare să se nască dintr-o lipsă de interes pentru ceea ce studiezi? Poate nu ai găsit o motivaţie profundă pentru a studia, şi de aceea nu ai puterea să mergi mai departe pe un drum care nu-ţi oferă satisfacţiile pe care le sperai, care nu-ţi dă un sens mulţumitor în viaţă… Ce zici, dacă ai fi la medicină, ai avea alt elan, ai mai fi silit de o forţă lăuntrică să întrerupi şcoala?

Florinel: - *Nu m-am gândit la asta... poate că nu... Mi-ar place ceea ce aş face... Dar nici nu pot să mă gândesc la medicină. Părinţii mei sunt atât de posesivi! Nu pot face decât ceea ce vor ei. Nu am pic de libertate. Mă simt ştrangulat. Trebuie să urmez o şcoală*

care nu-mi place, în trecut trebuia să merg la olimpiada de fizică iar nu la cea de biologie, căci aşa-mi porunceau ei, trebuia să stau în bancă obligatoriu cu fata directorului, iar nu cu prietena mea pentru că odrasla directorului era cea mai bună la matematică... toată viaţa mea a fost un şir neîntrerupt de ascultări şi o continuă anulare a voinţei proprii.

Preotul: Vezi, astea sunt nişte constatări pe care le-ai făcut în inima ta, dar pe care cu greu le-ai putea aduce la cunoştinţa părinţilor tăi… Ce reacţii le-ai provoca dacă le-ai spune exact ceea ce simţi şi dacă le-ai mărturisi exact aspiraţiile tale lăuntrice?

Florinel: *Ah... nici nu mă gândesc! Mama ar avea o criză de isterie, iar tata mi-ar ţine un discurs despre nerecunoştinţa faţă de părinţii care s-au jertfit o viaţă întreagă să mă facă om. Nu-i cunoaşteţi părinte... Eu sunt pentru ei un obiect. Viitorul meu este clar conturat de ei până în cele mai mici amănunte. În tot acest viitor nu este loc pentru dorinţele mele...*

Preotul: Dar tu, ce zici, de unde această îndârjire a lor să te vadă inginer? Alţi părinţi nu sunt atât de coercitivi precum ei, în ciuda faptului că nu au pregătirea lor…

Florinel: *Nu ştiu... totuşi, deşi nu-mi dau seama dacă are legătură, pot să vă spun că odată, în urmă cu vreo 2 ani, am căutat în cufărul cu obiecte de-al mamei, de când fusese ea fată mare. Îl ţine dosit în pod, să n-ajungă nimeni la el. Am descoperit acolo nişte scrisori de dragoste. Ea nu ştie nici astăzi de această ispravă a mea... am aflat de acolo că fusese îndrăgostită în anii studenţiei de un inginer constructor. Am înţeles că s-au iubit enorm, dar el a avut un accident prin munţi. Era pasionat de alpinism. Într-o vacanţă, au escaladat împreună o creastă muntoasă şi el a alunecat şi-a căzut vreo 30 de metri într-o*

prăpastie. Şi-a zdrobit capul de-o stâncă. Din jurnalul ei din acea vreme am înţeles că a fost extrem de traumatizată de eveniment, a stat la psihiatrie vreo 3 săptămâni după aceea. Apoi, a mai aflat cu stupoare că era şi însărcinată, şi sfătuită fiind de o colegă, a recurs la un avort. Pe tata l-a găsit mai apoi, ca pe o consolare, şi – colac peste pupăză – şi el visase în copilărie să se facă inginer. Problema este că asta este viaţa şi dorinţa lor, dar aspiraţiile mele sunt altele. Să mă lase în pace cu visele lor! Bunica mea, cu care mi-am petrecut cea mai mare parte a copilăriei, o fiinţă „de milioane” m-a învăţat ce înseamnă gingăşia. Era atât de iubitoare şi de îngăduitoare! Ea avea un ulcer varicos la un picior, iar doctorul i-a recomandat un masaj cotidian la picior cu o alifie foarte fină. Eu îi făceam acest masaj şi îmi spunea întotdeauna că am o mână uşoară „ca de doctor”. Eu, pe ea am iubit-o cu adevărat... tare mi-aş fi dorit să ajung medic. Dar cu părinţii ăştia mi-e imposibil...

Preotul: Nu trebuie să cazi în disperare. Nu se ştie ce planuri minunate are Dumnezeu cu tine. Eu zic să ne întâlnim pentru câtva timp în fiecare săptămână, pentru a iniţia o terapie duhovnicească. Cu mila lui Dumnezeu, poate vei face şi ingineria, şi medicina. Medicina pentru că este bucuria inimii tale şi chemarea ta, iar ingineria pentru că poate fi o poartă spre adevărata ta vocaţie… vezi, viaţa are adeseori un curs sinuos şi imprevizibil… dar la capătul drumului te aşteaptă Dumnezeu!

* * *

În ziua de Anul Nou, pe la ora 16.00, vine la biroul parohial un tânăr, după ce părinţii lui l-au sunat disperaţi la telefon pe părintele pentru ca să se asigure că o să-l primească.

- *Părinte, am venit la dumneavoastră pentru că simt că viaţa mea nu mai poate continua aşa. Am avut o noapte de coşmar. A fost un Revelion de infern ceea ce am petrecut eu astă-noapte. Nu ştiu ce să mă mai fac. Toată noaptea am plâns. M-am închis în cameră şi nu am vrut să aud de nimeni şi de nimic. Iubita mea, Roxana, nu mi-a dat nici un telefon şi nu a venit să mă ia la revelion. Şi-i l-a petrecut cu nişte colegi de facultate, la casa unuia dintre ei. Am aşteptat în zadar…*

Preotul: Dar, oare, aţi fost înţeleşi mai dinainte că vă veţi petrece revelionul împreună?

- *Ştiţi cum este părinte, eu întotdeauna am fost pus de alţii de-o parte. Doar ea ştia că eu îmi doresc să petrecem împreună revelionul. Mi-a zis că merge acolo căci nu trebuie plătit nimic, deoarece fiind vorba de casa unui coleg, mama lui dorea oricum să-i ţină ziua de naştere, şi pentru că n-a reuşit s-o facă în noiembrie, de ziua lui, o face acum de Revelion. Eu o iubesc şi nici nu mi-a trecut prin cap că o să meargă să-şi petreacă fără mine această unică seară a anului, când toţi cei ce se iubesc sunt împreună…*

Preotul: Este foarte importantă totuşi, comunicarea dintre voi. Poate ea n-a sesizat dorinţele tale, şi probabil că relaţia afectuoasă dintre voi este uni-direcţională, iar tu nu ţi-ai dat seama de acest fapt…

- *Eu niciodată n-am fost înţeles de ceilalţi. Sau n-am contat. Nu-mi dau seama exact. Şi toţi au căutat să mă neîndreptăţească de când sunt. Mă simt un părăsit, un abandonat.*

Preotul: În viaţă, adeseori trebuie să te şi impui. Să fii o fiinţă dinamică, care iasă în ofensivă; să nu te mulţumeşti cu o defensivă plată şi păgubitoare. Spune frumos Mântuitorul că însăşi „Împărăţia Cerurilor se ia cu asalt!”. Adică doar cei care o doresc cu adevărat, care sunt dispuşi să rişte pentru ea, o vor dobândi. Aşa că, vezi… poate şi prietena ta aştepta să fie cucerită. E o floare ce aşteaptă să fie culeasă. Este cazul să încerci să ai o nouă atitudine faţă de ea, şi în general, faţă de viaţă. Una mai dinamică, mai ofensivă, mai impunătoare. Dintotdeauna, de când te ştii, ai avut sentimentul că eşti un părăsit, un ignorat, un abandonat? Îţi mai aminteşti când ai trăit pentru prima dată acest sentiment?

- *Nu... Dar ştiu că atunci când eram copil mama mă închidea ore în şir singur în casă iar ea cobora la parterul blocului să facă cumpărăturile. Tata era plecat la serviciu iar pe mine, ca să fie sigură că nu fac rele sau nu dau foc la ceva, mă lega cu un o sfoară de pat. Ţin minte că odată m-a închis în baie, ca să nu mă mai lege, şi mi-a zis să mă joc acolo până se întoarce, cu un ursuleţ de pluş. Dar la un moment dat, pe fereastra băii a intrat un şobolan de la gura de evacuare a gunoiului. Am strigat ca din gură de şarpe căci nu aveam decât vreo 5-6 ani. Până a venit vecina de sus care s-a întâmplat să spele chiar atunci haine în baie, eram plin de sânge, căci m-a muşcat şobolanul de trei ori. Apoi am petrecut două săptămâni la spitalul de boli infecţioase, cu tot felul de injecţii şi tratamente.*

Preotul: E, într-adevăr, o experienţă înfiorătoare…

- *Dacă m-aţi provocat, acum vă mai spun... n-a fost asta cea mai înfiorătoare experienţă a vieţii mele. Când am împlinit 8 ani, a venit vremea să mai vină odată barza la părinţii mei. Am avut un foarte ciudat sentiment că nu mai contez în viaţa lor. Ei şi-au dorit dintotdeauna o fată. Se pare că sarcina a fost confirmată de medic ca*

fiind fetiţă, şi asta i-a făcut pe părinţii mei să fie în al 9-lea cer. Tot timpul discutau cum o să fie fetiţa lor, cât de inteligentă va fi, cum o să fie o naştere mai uşoară decât a mea, căci probabil este mai mică şi mai uşor de născut, cum mă vor trimite pe mine la bunici dacă n-o să învăţ suficient de bine etc. Cât timp a fost la spital pentru naştere, tatăl meu, nepriceput, nu mi-a dat nimic de mâncare decât mămăligă cu lapte, trei săptămâni la rând. Apoi, au venit cu fetiţa acasă, pe care am început s-o îndrăgesc, căci era mică şi nevinovată. Dar, când ea avea vreo 4-5 luni, într-o zi, i-au făcut băiţă, într-o troacă pe dulăpiorul din bucătărie. Tocmai ne cumpăraserăm mobilă nouă, suspendată... Tata, neatent cum îi era felul, n-a prins bine mobila pe pereţi. Într-un moment neaşteptat, o piesă imensă de mobilier suspendat s-a desprins şi a căzut pe trocuţa cu soră-mea. N-a mai rămas din ea decât o bucată de carne zdrobită şi o baltă imensă de sânge pe gresia albă a bucătăriei. Aşa m-am speriat, că m-am îmbolnăvit. Mă trezeam noaptea şi ţipam. Aveam numai coşmaruri...

Mai apoi, s-a legat mult de familia noastră fratele mamei. El nu avea copii, iar soţia a divorţat de el. L-am îndrăgit mult, căci de fiecare dată când venea îmi aducea bomboane. Mă plimba prin parc, mă ducea la grădina zoologică... părinţii au început să mă lase tot mai mult în grija lui, căci serviciul le răpea mult timp. Mi-a fost extrem de drag acest unchi, până în clipa când, pe la 9-10 ani, a profitat de mine. Eu nu am înţeles ce se petrece, de ce mă dezbracă, ce intenţionează. Am simţit că se petrece ceva anormal, am început să plâng... m-a ameninţat că dacă spun ceva părinţilor totul o să se sfârşească foarte rău...

Preotul: Doamne… ai mai spus cuiva până acum păţaniile acestea?

- *Nu… dar îmi amintesc că ultima dată când unchiul a mai făcut-o am început să urlu… S-a speriat şi nu a mai venit pe la noi… După aceea, am aflat că a făcut şi închisoare… Nu ştiu exact din ce motiv, căci noi ne-am mutat cu familia din acel oraş. Vedeţi, eu nu mai am încredere în nimeni. Cei care par că mă iubesc, de fapt mă trădează şi mă folosesc…*

Preotul: Ai trecut prin momente groaznice, iar drama prin care treci acum şi atitudinea pe care o ai faţă de evenimente nu este inexplicabilă. Dacă doreşti, vom începe un proces duhovnicesc terapeutic, de vindecare a rănilor trecutului. Pentru aceasta este însă nevoie de o întâlnire periodică în care să analizăm dramele trecutului şi să observăm consecinţele lor în viaţa ta de astăzi. Totul este să ai speranţă că lucrurile se pot remedia, iar tu vei deveni un învingător! Şi aceasta, în ciuda rănilor trecutului.

* * *

În timp ce se afla cu botezul, în ajunul Bobotezei, după ce a realizat sfinţirea casei, părintele e reţinut de un tânăr, în prezenţa mamei lui.

- *Părinte, cred că vă mai aduceţi aminte de mine... sunt Gigel. Ne-am întâlnit în urmă cu 2 ani, când am venit la dumneavoastră la biserică cu nişte probleme de şcoală. Poate vă amintiţi că nu mai voiam să merg deloc la şcoală... Şi-am abandonat liceul. S-au schimbat multe de atunci. Vă mulţumesc că m-aţi sfătuit bine. Am terminat între timp cu bine liceul la seral, după cum m-aţi îndemnat. Ştiţi că mă simt mult mai bine ca atunci? Am chiar şi o prietenă... e drept, la şcoală tot un taciturn am rămas, am fost oarecum izolat de ceilalţi colegi, nu aveam eu dispoziţie de poveşti multe şi de discoteci. Dar îmi dau seama că mă simt mult mai bine decât atunci când am venit la dumneavoastră. Ce fiori de groază mă treceau câteodată la şcoală! Ei bine, între timp m-am exersat în multe lucruri practice: am făcut singur instalaţia de electricitate la noua noastră casă, la fel şi pe cea de gaze. Am reparat automobilul familiei cu multă îndemânare, mai înainte de a veni cei de la „Service". Dar... mi-am dat seama că sănătos deplin nu sunt. Vedeţi... am totuşi o stare internă de tensiune, de nemulţumire. Am încercat să mă angajez, dar n-am rezistat la serviciu mai mult de câteva ore... şi apoi am plecat acasă... Se uita şeful la mine exasperat şi i-am motivat plecarea mea: „Nu merită efortul...". Mi-a răbufnit în faţă şi mi-a zis că sunt băiat de bani gata şi niciodată n-o să reuşesc în viaţă... Să fie oare aşa? De unde mi-a venit aşa lehamite de muncă după câteva ceasuri de activitate? Am simţit că nu pot să lucrez acolo, nici de voi muri... Spuneţi-mi vă rog, de ce toate acestea? De ce?*

Preotul: - În viaţă este foarte importantă oţelirea voinţei. Noi nu ne naştem cu o voinţă gata fortificată. Aceasta este produsul unui efort aparte…

Mama tânărului: - Vai părinte, i-am spus că trebuie să facă şi el o facultate. În ziua de astăzi toţi tinerii fac o facultate. Doar „rataţii” nu au o licenţă. I-am zis că îl vom ţine cu drag în facultate, eu şi tatăl său, totul e să accepte să meargă mai departe. Dar e atât de încăpăţânat!

- *Nu sunt deloc încăpăţânat şi v-am spus că voi merge la facultate doar dacă mă veţi convinge. Ce nevoie am eu de şcoală? Nu se poate trăi foarte bine şi fără facultate? Şi care-i mă rog, la urma urmelor, sensul vieţii? Dacă îmi veţi răspunde ca să mă mulţumiţi, voi face tot ceea ce doriţi. Dar să vă văd... Da! Sunt dispus să-mi schimb atitudinea. Dar pentru asta e nevoie să-mi găsiţi argumente, nu poveşti!*

Mama: - Vedeţi părinte, aşa ne face tot timpul, ne înnebuneşte cu aerul acesta de filosof. Ce argumente îi tot trebuie? Orice îi spun, ne împinge în spirala argumentărilor lui încurcate şi orice zicem nu-l mulţumim! Ne stoarce de nervi! Sunt lucruri limpezi ca lumina ochilor, ce n-au nevoie de argumentări filosofice. Azi n-ai nici un viitor fără o diplomă de licenţă. Şi ca portar la întreprindere se pretinde să fii cel puţin student. Iar el crede că va reuşi în viaţă fără nici o facultate. Ca naiv! Să ştiţi că l-am dus la medicul psihiatru. Eu cred că-i bolnav. După două şedinţe psihiatrice, a acceptat să-l angajăm ca vânzător la PECO. Ştiţi cât a durat munca lui? O jumătate de oră. Şi-a venit acasă plictisit. Sunt exasperată. Nu ştiu ce argumente să-i mai aduc. Doctorului i-am cerut ceva medicaţie care să-i întărească voinţa… e cert că-i bolnav, nu-i aşa părinte? Vedeţi, numai un om bolnav poate reacţiona aşa cum reacţionează el. Nu vrea să muncească. Şi nu se ruşinează că la 23 de ani n-are nici un serviciu…

Preotul: - Cred că este foarte indicat să pătrundem puţin împreună în trecutul mai îndepărtat şi mai recent al lui Gigel. De când este el aşa de impulsiv?

Mama: - Să ştiţi că a fost un băieţel foarte bolnăvicios. Până la 14 ani una într-una am fost nevoiţi să apelăm la medic pentru el. Cred că toate bolile pământului, pe rând, le-a făcut. Am fost internată cu el săptămâni în şir… Doamne, prin câte am trecut… Întrucât s-a născut prematur, l-au ţinut două luni în incubator; după aceea, la trei ani, l-au operat la un ochi, că i-a crescut un ingeluş pe o pleoapă; până la 8 ani l-am dus la mare pentru nişte tratamente de fixare a calcarului în oase; la 9 ani s-a opărit cu oala de lapte de pe foc şi a stat trei săptămâni internat la dermatologie; la 10 ani era cât pe ce să se înece în valea ce trece pe la poarta bunicilor. Doamne, prin câte am trecut! Toată viaţa mea, bolile lui m-au silit să mă ocup numai de el.

Gigel: - *Eraţi datori să faceţi aceasta căci acesta este rostul părinţilor... sensul vostru de a fi este creşterea copiilor; nu văd un raţionament mai simplu!*

Preotul: - Dragă Gigel, ceea ce observ eu este că preocupările tale de exasperare a mamei şi părinţilor nu au nicidecum o substanţă filosofică cum ţi se pare ţie că ar avea. Ele nu sunt altceva decât un joc psihologic pe care îl practici cu succes cu cei din jur. Îţi procură o extraordinară satisfacţie faptul de a-i încuia pe ceilalţi, în special pe părinţi, în capcana întrebărilor retorice. Tu te-ai deprins de mulţi ani să fii cel care aşteaptă „salvare" de la mamă, căci te-ai obişnuit să fii inactiv din copilărie; cred că principiul tău de conduită inconştient este „Nu merită să mă angajez în nimic", căci „totul va fi rezolvat oricum de cei din jur". Cred că şi pe tăticul tău l-ai condus pe acelaşi povârniş, adică l-ai transformat într-un „furnizor" de explicaţii şi de sfaturi pentru tine. Dar nu se cuvinte să-ţi exasperezi

părinţii… vezi tu, credinţa noastră creştină ne spune că munca are rostul ei în viaţă… nu putem fi trântori…

Gigel: - *E adevărat părinte, dar vedeţi, nu mă convingeţi... eu pot declara cu mândrie că totuşi, „pe mine nu mă poate convinge nimeni!”...*

Preotul: - Să revenim la trecutul mai recent. Ce alte locuri de muncă ai mai încercat să obţii?

Gigel: - *O, nu pot să spun că nu am fost un băiat interesat de dobândirea unui serviciu. Alţii au fost cei care nu au fost aşa cum ar fi trebuit. Nu demult am fost angajat mecanic auto, la un atelier. N-am putut rămâne mai mult de o oră pentru că patronul şi-a bătut joc de mine. E adevărat, dimineaţa, mai înainte de a începe lucrul, mi-a oferit o cafea. Dar ce folos? După aceea mi-a cerut să-i duc prin spălător maşina unui client! Dar ce, eu de-aia am făcut şcoala de reparaţii auto să spăl maşina cuiva? Nu... m-a jignit profund... Am mai fost angajat ca şef de echipă la o brutărie. Ne-au spus că putem să mâncăm câtă pâine şi covrigi vrem... Asta-i partea bună... Partea rea era că mă sufocam, era prea cald, şi programul era uneori de noaptea. Să muncesc noaptea şi să dorm ziua... Asta nu-i întru totul pe dos? S-o facă cei pedepsiţi, nu eu!*

Preotul: - Dar îţi dai seama că, continuând aşa, nu vei avea niciodată un loc de muncă? Vor ajunge să moară părinţii tăi de bătrâneţe şi tu tot întreţinut vei fi!

Gigel: - *Nici nu mă interesează să am... poate îmi voi lua serviciu după moartea lor! De fapt, eu sunt la o vârstă adultă, la care n-am nevoie de sfaturi şi dacă mă întreb bine, nu ştiu ce mi-a venit să vă opresc din drum. De vină pentru tot ce se întâmplă nu sunt eu, ci părinţii, care ar fi trebuit să mă înveţe să muncesc în trecut. Acum e prea târziu. Să mă lase în pace! Să mă lăsaţi toţi în pace!*

Preotul: - Dragă Gigel, atenţie multă, căci viaţa se răzbună. Pe acest pământ noi suntem întru totul responsabili de propriul viitor. Tu te joci cu propriii tăi părinţi „de-a părintele”, îi plasezi pe ei în rolul de copil, îi învinovăţeşti pentru lenea şi indolenţa ta şi culmea, le pretinzi lor să se schimbe! Nu ai dreptul să basculezi responsabilitatea reuşitei sau falimentului tău asupra lor!

Mama băiatului: - Să ştiţi părinte că de ceva timp am observat o schimbare la fiul meu. A început să citească cu sârg psihologia şi anatomia; i-am plătit un profesor pentru ceva meditaţii, dar nu a putut să meargă constant la el, aşa că totul a căzut. Vai, mi-ar fi plăcut atât de mult să se pregătească pentru facultate, dar el a zis că citeşte şi învaţă doar „pentru ca să ştie”, ca o îndeletnicire în timpul liber… Cine ştie, părinte, poate este începutul unei noi vieţi, poate că se va răzgândi şi va merge la facultate… Poate-l convingeţi acum…

Preotul: - Doamnă, e foarte posibil ca hărnicia aparentă a lui Gigel să nu fie decât o manevră de a reduce culpabilitatea faţă de sine şi faţă de familie pe care o simte în raport cu lipsa evidentă de interes faţă de viitor. Iar Dumnezeu poate să-i crească această culpabilitate până la limite insuportabile! Gigel, te aştept la sfânta biserică pentru un ciclu de întâlniri duhovniceşti de schimbare a atitudinii tale faţă de familie şi faţă de propriul tău viitor! Eşti de acord?

Gigel: - *Nu pot să promit acum, aşa dintr-o dată…*

Preotul: - Trebuie să înţelegi că viaţa este un lucru extrem de serios şi Dumnezeu nu se lasă batjocorit. Primul lucru pentru schimbarea în bine a vieţii tale ar fi să vii constant la întâlnirea terapeutic-duhovnicească. În al doilea rând, este foarte indicat să-ţi găseşti un serviciu în construcţii şi reparaţii, căci vezi, tu eşti o fire independentă, cu tendinţe impulsive, şi te încadrezi mai greu într-un colectiv. Aceasta este

realitatea, şi trebuie să ne adaptăm la ea. E necesar să-ţi restructurezi întreaga existenţă, pentru că, în acest moment, nu ai nici o obligaţie stabilă în viaţa familială. Apoi, eşti la vârsta căsătoriei, când e bine să priveşti înainte. Te aştept deci cu drag la biroul parohial…

* * *

Observaţii: Gigel a reuşit să facă chiar o şcoală post-liceală de turism. Cum reiese din cele relatate, pentru ***deblocarea procesului de îndrumare a tânărului*** au fost necesare câteva şedinţe de analiză tranzacţională, care i-au permis trecerea de la rolul de copil neştiutor şi dezinteresat la cel de adolescent responsabil pentru destinul său. Conceptualizarea în cadrul unui model teoretic bine definit (ca analiza tranzacţională) a permis elaborarea unui ***sistem explicativ de bună calitate***. ***În absenţa lui, se poate umbla orbeşte într-o lume incomprehensibilă,*** atât pentru credincios, cât şi pentru preot. Analiza tranzacţională permite progresul către definirea unui ***repertoriu de intervenţii*** potrivite cazului, care să acopere cât mai bine nevoile credinciosului şi ale familiei sale.

* * *

Misteriosul Hans. Orice om caută instinctiv să se apere de apariţia sentimentelor neplăcute. O mare forţă emotivă o are (între aceste sentimente) supărarea fiilor pe faptul că adeseori părinţii, în copilărie, nu au manifestat suficientă disponibilitate faţă de ei. Terapia presupune să trăim acea stare interioară de ***tristeţe benefică*** născută din constatarea că în multe cazuri ***nu am fost iubiţi decât pentru performanţele pe care le puteam demonstra***. „Realizările grandioase" garantau supravieţuirea unei iluzii: „Pe mine mă iubesc părinţii pentru mine însumi"". Dar evitând ***să trăim emotiv starea de tristeţe corespunzătoare infirmării acestei aspiraţii profunde,*** suntem condamnaţi să rămânem singuri şi trişti precum în copilărie: ***dispreţuim neputinţa, slăbiciunea, nesiguranţa, cu alte cuvinte, copilul neputincios*** care există în adâncurile fiecăruia dintre noi.

Hans suferea de nişte obsesii care-l tulburau profund. Foarte adesea avea acelaşi vis: se afla ***în vârful unui turn înalt*** din care se putea supraveghea terenul de frontieră de la ***marginea unui oraş frumos*** care-i era foarte drag. De acolo de sus, ochilor li se oferea o panoramă superbă, dar el ***se simţea trist şi abandonat***. Turnul avea un lift şi în vis avea foarte ***adesea dificultăţi*** în a obţine biletul de intrare, sau apăreau tot felul de lucruri neprevăzute pe drumul care ducea la turn. În realitate, nu exista nici un turn în acel oraş, turnul făcea parte doar din peisajul oniric propriu, lucru pe care Hans îl ştia foarte bine. Somnul se repeta constant şi era însoţit de sentimente de abandon. În timpul terapiei au avut loc transformări surprinzătoare.

Într-o primă fază, Hans a visat că avea în buzunar biletul, dar turnul a fost dărâmat, aşa că nu mai exista nici o panoramă. În compensaţie, vedea un pod înalt care lega

oraşul de restul lumii. Putea astfel să meargă pe jos şi să vadă „nu totul”, dar „ceva mai de aproape”, o mare parte din oraş. Hans, care suferea şi de o fobie de lift, s-a simţit uşurat, pentru că ideea de a folosi liftul îi crea angoasă. Comentariul său la acest vis a fost că nu avea importanţă faptul că nu mai era vederea panoramică de ansamblu, prin care dominai totul cu privirea, de la înălţime, prin care te demonstrai mai inteligent decât alţii. Acum putea merge pe jos acolo, precum toţi ceilalţi.

Într-o a doua fază, Hans a început să aibă un alt tip de vis: de această dată şedea jos, confortabil, în ascensor, fără nici o frică sau angoasă. Odată ajuns sus, coborât din ascensor, îl şocă un peisaj neprevăzut şi foarte straniu: i-a contact cu o continuă mişunare de copii; se regăsea acolo sus un alt oraş; se aflau magazine cu tot ceea ce îşi dorea cineva; exista şi o şcoală unde copiii dansau un joc foarte frumos unde putea participa şi el (aceasta fusese una din dorinţele lui din copilărie). Era foarte multă lume voioasă, încântată să discute cu el, iar el lua parte pasionat la discuţii. Se simţea integrat în această comunitate şi ascultat „pentru ceea ce era”.

Deşi somnul exprima mai mult dorinţe decât evenimente reale, ***aducea în scenă nevoi reale, aspiraţii concrete ale sufletului său,*** în primul rând, pe ***aceea de a iubi şi a fi iubit,*** şi aceasta ***indiferent de succesele obţinute şi performanţele demonstrate***.

Acest vis l-a impresionat enorm pe Hans şi l-a făcut foarte fericit; l-a interpretat astfel:

La început, visele mele cu turnul demonstrau ***izolarea şi singurătatea mea continuă***. Acasă, fiind cel mai mare, trebuia să fiu tot timpul înaintea fraţilor mei; părinţii mei îmi erau inferiori din punct de vedere intelectual, eu eram singur cu interesele mele intelectuale. Pe de o parte, trebuia să-mi expun ostentativ cunoştinţele, pentru a fi luat în serios, pe de

alta, trebuia să le ascund, pentru ca părinţii să nu spună: «Multa învăţătură te-a îngâmfat! Te crezi mai bun decât alţii pentru că ai avut posibilitatea să mergi la şcoli înalte, dar fără sacrificiile mamei tale şi sudoarea tatălui tău nu ai fi ajuns aşa departe!». Aceste reproşuri îmi provocau sentimente de vinovăţie, şi astfel a trebuit să-mi ascund diversitatea, interesele, talentul. Am vrut să fiu precum alţii. Dar în acest fel nu mi-am fost fidel mie însumi, mi-am pierdut sinele".

Hans şi-a căutat deci turnul, a luptat împotriva obstacolelor (dificultăţi pe drum până la turn, bilet de intrare, angoasă în lift) şi când a ajuns sus, adică ***a devenit mai inteligent decât ceilalţi***, s-a simţit ***singur şi abandonat***.

S-a observat empiric că părinţii au în raport cu copilul uneori o ***atitudine puţin binevoitoare şi chiar de rivalitate***, dar în acelaşi timp, îi pretind „să furnizeze" „prestaţii" tot mai înalte, şi apoi ***se fălesc cu succesele copilului.*** Hans a trebuit deci să-şi caute turnul său şi să lupte împotriva obstacolelor. La sfârşit a ajuns să experimenteze o revoltă interioară faţă de pretenţiile de a împlini alte prestaţii şi împotriva stresului, iar turnul a dispărut în primul vis pe care l-a avut în timpul terapiei. A avut ulterior puterea de ***a renunţa la fantezia orgolioasă de a vedea totul de sus*** şi reuşi astfel să se apropie de lucruri („oraşul său iubit" – adevăratul său „Sine"). Doar atunci înţelese cât de mult s-a izolat de ceilalţi dispreţuindu-i, şi cât de mult, în acelaşi timp, a fost izolat de aceştia şi de adevăratul său sine (latura sa fragilă şi nesigură a personalităţii).

Cum apare ***starea de „doliu"*** pentru pierderile ireversibile, ***instantaneu dispare dispreţul***.

* * *

La părintele vine o pereche de tineri căsătoriţi:

- *Părinte, ne-am hotărât să venim la dumneavoastră pentru că suntem credincioşi şi tare am dori să se rezolve o problemă din viaţa noastră pe care nu am spus-o nimănui. Sperăm în confidenţialitatea dumneavoastră şi de aceea am îndrăznit să apelăm la ajutorul dumneavoastră. Este vorba despre faptul că nu avem copii...*

Preotul: O, trebuie să fiţi pe pace, căci Dumnezeu este sfânt şi bun şi o să vedeţi că problema se va rezolva. Dar a trecut mult timp de când sunteţi căsătoriţi? Pentru că, vedeţi, din punct de vedere medical, dacă doi tineri căsătoriţi nu au cel puţin 2-3 ani de căsnicie în spate, nu trebuie nicidecum să-şi facă probleme sau să intre în panică… doar dacă este depăşită această perioadă se poate pune problema existenţei unor disfuncţionalităţi… Dumneavoastră de când sunteţi căsătoriţi?

Ea: - *De mai mult de un an şi jumătate... problema este însă, părinte, cum să spunem... mult mai profundă... Vedeţi... noi nici nu trăim împreună. A trecut atâta timp de la căsătorie şi nu am reuşit să avem încă nici o experienţă sexuală. Doar am încercat..., dar ne-am oprit. Soţul meu se blochează, iar eu cad într-o stare de perplexitate... n-am fost la medic că ne-a fost ruşine... Cum să-i spunem că ne plângem că nu avem copii când noi nu le facem pe cele ale femeii şi ale bărbatului? Şi nu ştim ce să facem... este o forţă, mai presus de noi, care ne blochează... nici unul dintre noi nu am avut relaţii sexuale înainte de căsătorie... nu avem nici o experienţă în acest domeniu... Eu mă gândesc că ceva îl inhibă pe soţul meu... că... la urma urmelor, pentru mine nu contează atât ce-o să fie, numai să fie... Şi ne iubim foarte mult... Nu ştiu dacă ne înţelegeţi...*

Preotul: Acesta este cel mai important lucru. Dacă există iubire, veţi vedea că lucrurile se pot corecta foarte bine în viitor. Iubirea e la fundamentul unei relaţii, aceasta are o importanţă decisivă pentru traseul unei căsnicii.

Ea: - *Vedeţi, eu nu pot să zic, ca femeie, că viaţa conjugală ar fi cel mai important lucru într-o căsnicie, chiar dacă nu ştiu exact ce înseamnă aceasta, deocamdată. În schimb, simt că prezenţa copiilor este o condiţie pentru fericirea unei familii. De aceea ne-am hotărât să venim la dumneavoastră. Suntem de acord amândoi, şi eu şi soţul meu, că e timpul să avem un bebeluş. Şi suntem dispuşi să riscăm pentru aceasta foarte mult...*

Preotul: Vedeţi dumneavoastră, există ceva în trecutul dumneavoastră care vă produce un blocaj. Şi aş vrea acum să mă adresez în special soţului. Terapia duhovnicească presupune să ne întoarcem în trecut, să vedem când, pe traseul dumneavoastră existenţial, a apărut o anomalie. Sau mai multe… e foarte posibil ca undeva în trecut, să se fi produs o deformare a viziunii despre viaţa conjugală, care s-a sedimentat în inconştient şi care are o mare putere de condiţionare a comportamentului dumneavoastră actual. Aţi avut vreo experienţă traumatică în copilărie sau în prima adolescenţă legată direct sau tangenţial de universul sexului? Aţi suferit din partea cuiva de vreo violenţă?

Soţul: *Nu... nu poate fi nici vorba... Am auzit de mulţi copii care au fost victima pedofililor, care au fost agresaţi încă din grădiniţă... sau care şi-au început viaţa sexuală de timpuriu, sub presiunea unui mediu corupt... Dar nu este cazul meu...*

Preotul: Dar alt tip de suferinţă timpurie a existat?

Soţul: *Cred că marea problemă a copilăriei mele au fost tata, care a fost un beţiv notoriu. Copilăria mea a fost un adevărat infern, până la moartea lui. Venea acasă*

în fiecare seară beat, o bătea la sânge pe mama... spărgea tot ce aveam prin casă... am ajuns să mâncăm din farfurii de plastic, căci cele de porţelan nu aveau viaţă lungă şi erau scumpe... Da... Aceasta a fost drama copilăriei mele, un tată beţiv şi blestemat. Dar culmea, nu era un afemeiat. Nu! Nu s-a lăudat niciodată că ar fi trădat-o pe mama... sau... ba da! ...parcă odată a spus unui prieten de pahar, la crâşmă, că a avut o aventură cu o actriţă de la un teatru din Bucureşti. Dar cred că doar s-a lăudat... nu cred că-i adevărat. Nu pot să spun că era un desfrânat. Consuma însă toţi banii ce-i câştiga pe băutură. Îi dădeau la crâşmă băutură pe datorie, aşa că atunci când lua salariul îl dădea tot pe datoria acumulată, şi începea noua acumulare de datorii. Asta fost drama copilăriei mele. A murit pe când aveam 16 ani, înecat într-o vale care a crescut din cauza ploii şi în care a căzut în urma dezechilibrului trupesc cauzat de multul alcool consumat...

Preotul: Aceste traume i le-aţi povestit şi actualei soţii?

El: - *Sigur că da! Ştie ea ce-am pătimit în copilărie... Bine că l-a luat Dumnezeu. Nu doar mama era bătută crunt când se întorcea beat. Şi eu aveam porţia mea de bătaie. Obsesia lui era să mă vadă în pat, dormind, când sosea seara acasă. Aşa că dacă aceasta nu se întâmpla, începea măcelul. Dar uneori nu mă puteam culca aşa de repede, căci aveam de învăţat. Şi apoi, el venea tot timpul la ore neprevăzute şi neregulate. Totul depindea de crâşmă...*

Preotul: Bine, dar de unde obsesia aceasta a lui să te vadă culcat? Trebuie să fi avut el o motivaţie! N-ai descoperit-o?

El: - *A..., ba da! Cum să nu... nici nu mi-am dat seama că ar exista vreo legătură ca să vă spun mai repede... El mă vedea pe mine ca pe o piedică în*

declanşarea unei partide de amor de care avea chef când venea mustind de alcool. Dacă eu nu dormeam, copil fiind, puteam nimeri peste ei, cum s-a întâmplat odată... am primit atunci o bătaie soră cu moartea...

Preotul: Deci…, totuşi există traume legate de viaţa sexuală în trecutul dumenvoastră…

El: - *Da, dar nu am fost atent la aceste aspecte... Nu ştiu dacă mai au vreo importanţă acum...*

Preotul: Dar care vi se pare cea mai traumatică experienţă a acestei copilării chinuite?

El: - *Mi-aduc aminte... Eu m-am adaptat la realităţi cât am putut... aşa că de câte ori apărea el la scara blocului – îl cunoşteam după plachiurile de la pantofi, avea obsesia plachiurilor, a pantofilor care să aibă o călcare sonoră, mai ales pe ciment sau marmură – mă aruncam în pat, sub plapumă, chiar îmbrăcat, să nu ajung iar bătut măr... Am ajuns cu mama la o înţelegere non-verbală să mă lase să dorm uneori şi aşa – nevoia m-a obligat... Îmi amintesc că pe la 12 ani, mama a avut o foarte dificilă operaţie de cancer uterin. A stat în spital vreo 3 săptămâni, doctorul nu i-a mai dat foarte mult de trăit... În acest timp n-a vizitat-o călăul niciodată la spital... În prima zi când s-a întors acasă după operaţie, a venit beat el, demonul şi împieliţatul. Eu m-am aruncat în aşternut îmbrăcat, cunoscând scandalul ce ar urma dacă nu respect regulile. În noaptea aceea, ticălosul a violat-o pe mama, în ciuda operaţiei pe care a suferit-o. Am vrut să-l strâng de gât. Am vrut să împlânt în el cuţitul, dar mă temeam că mă prinde şi mă omoară el pe mine. Atunci m-am jurat în sinea mea că eu n-o să fac aşa ceva cât timp voi trăi... nu... nu...*

Preotul: Înfiorător, cu adevărat… Viaţa e uneori atât de crudă şi de insuportabilă... Mai ales când toate aceste realităţi trebuie să le suporţi departe fiind de Dumnezeu, la care nu poţi ajunge fără să fi auzit

vorbindu-se despre El din gura unui om al Său… Dar întoarcerea la Dumnezeu este binevenită oricând. Dumnezeu în iubirea Sa infinită ne primeşte cu braţele deschise oricând dorim. Vedeţi, pentru vindecarea acestor răni ale trecutului, este necesar să ne întâlnim de mai multe ori, pentru un tratament duhovnicesc. În plus, ar face foarte bine şi o spovedanie şi o împărtăşanie care să vă purifice trecutul şi „să vă umple de har”. Bineînţeles, totul este să fiţi de acord cu acestea…

Ea: - *Desigur, cum să nu... Noi avem în faţă idealul nobil al unui copilaş care să ne schimbe viaţa în bine... Şi apoi, ascultându-l pe soţul meu, mi-am adus aminte de un amănunt al trecutului meu. Şi pe mine mă mai bătea tata. Nu des, dar totuşi mai des decât ar fi trebuit. De exemplu, toată tremur când seara, aud zgomotul produs de catarama de la cureaua soţului când se atinge de vreun scaun sau de ceva. Asta pentru că în copilărie tata însuşi avea o curea cu cataramă verde, groasă cât două degete... N-o uit până mor. Când văd la cineva un produs similar, mă cuprind frigurile. Cu aceasta mă bătea pe mine şi pe fratele meu. Doamne, cum unele lucruri nu se uită şi se întipăresc atât de profund în mintea noastră...*

Preotul: Aşa este... Vă ofer această broşurică călăuzitoare pe cărările credinţei şi vă aştept săptămâna viitoare, la aceeaşi oră.

- Vă mulţumim! Venim negreşit!

* * *

Mama lui Costelaş, un băieţel de 4 anişori, se destăinuie părintelui paroh:

- *Părinte, am venit la dumneavoastră pentru că sunt foarte tristă. M-a năvălit o tristeţe de nedescris. A devenit aproape permanentă. Vă dau doar cel mai recent caz: Aseară, după ce l-am culcat pe Costelaş, băieţelul meu de 4 anişori, am izbucnit în plâns. M-a ţinut aproape o oră. Nu ştiu ce se întâmplă cu mine. E drept, dacă mă gândesc bine, ieri toată ziua Costelaş a fost mai neastâmpărat. Nu a vrut să asculte aproape nimic din ceea ce i-am cerut. Nu a mâncat totul din farfurie, s-a dus şi s-a jucat pe stradă, deşi i-am interzis acest lucru; i-am făcut băiţă şi mi-a umplut baia de apă de am alunecat şi era să-mi sparg capul. A fost o zi în care a manifestat o continuă opoziţie faţă de tot ceea ce i-am cerut. Vai, cât de obositor a fost! Seara, i-am cerut să meargă în camera lui să se culce, şi a refuzat cu încăpăţânare. Atunci am fost nevoită să ţip la el, şi după un răcnet al meu de leoaică a ascultat şi s-a dus la culcare. Apoi a fost supus şi s-a culcat. Dar eu am izbucnit în plâns… şi m-a cuprins o jalnică tristeţe… o tristeţe sfâşietoare, ontologică, profundă… nu ştiu ce-i cu mine! Nu înţeleg ce mi-a provocat o asemenea stare şi ce m-a făcut să ajung să strig în halul acesta la el…*

Preotul: Bine, dar până acum nu aţi mai avut reacţii necontrolate în raport cu el? Sau stări deprimate după vreun incident major?

- *Nu ştiu ce să zic… Aseară a refuzat să se culce până când i-am făcut o concesie, i-am împlinit un hatâr, care m-a tulburat, şi nu ştiu de ce: i-am permis să se culce în patul tăticului său…*

Preotul: O, Doamnă Emilia, cert este că la prima vedere se pare că incidentul este cauzat de relaţia

defectuoasă de moment dintre dumneavoastră şi băieţel: un copil neascultător o face pe mamă să plângă. Eu însă vă spun că realitatea e mult mai complexă. Ceva mai adânc din fiinţa dumneavoastră a fost atins, o fibră profundă… ceva legat de propria dumneavoastră copilărie… Nu vă vine nimic în minte, în aceste momente, din trecutul dumneavoastră?

- *Îmi amintesc cu tristeţe că în copilărie, mama mea obişnuia să ţipe la mine când nu eram cuminte. Dar acest lucru s-a întâmplat îndeosebi după ce s-a născut fratele meu mai mic. Îmi amintesc că eu am trecut atunci printr-o criză stranie, nu am mai vrut să mănânc, iar mama m-a internat într-un spital până am ajuns la greutatea corporală pe care medicul a indicat-o. Am suferit la apariţia frăţiorului meu pentru că, dintr-o dată, m-am simţit abandonată. E drept că eram mai mare, aveam deja 7 ani, dar totuşi încă eram însetată de afecţiunea părinţilor, iar ei s-au concentrat, 100%, pe fratele mai mic. El era protejatul. El a ocupat întru totul atenţia mamei mele. M-am simţit o exclusă... el putea inclusiv să doarmă cu mama mea. A confiscat-o întru totul. Eu, în schimb, eram o repudiată, o ignorată, cea care nu mai conta... atunci eram o exclusă din relaţia mamă-fratele mai mic, şi plângeam pe ascuns strângând în braţe un ursuleţ de pluş. Cred că de aceea am plâns aseară... am retrăit emotiv profund stările de dramă ale copilăriei mele. M-am simţit din nou o exclusă: de astă dată, din relaţie de afecţiune, din relaţia privilegiată dintre Costelaş al meu şi soţul meu. Vai, asta este drama vieţii mele: să fiu o perpetuă exclusă, deşi încerc tot timpul să fac doar binele… Doamne, ce trist… de-aia am plâns părinte… Vă mulţumesc că m-aţi luminat. Acum mă înţeleg pe mine însămi…*

Observaţii: Terapeutul trebuie să se exerseze să-şi controleze reacţiile de contra-transfer asupra credinciosului. Altfel, caz extrem de frecvent întâlnit, ***credinciosul devine victima reacţiilor contra-transferenţiale ale psihoterapeuţilor.*** Aceasta se întâmplă deoarece preoţii au tendinţa de a avea aceeaşi atitudine faţă de cele trăite în timpul analizei pe care au avut-o anterior, în cazuri aparent similare (sentimentul „*deja vu*”, în situaţia când apar elemente comune între situaţia actuală şi alte situaţii cu care s-a confruntat în trecut). Aceasta îl face pe preot să răspundă unei situaţii realmente noi cu un fals sentiment de recunoaştere.

* * *

O credincioasă de 25 de ani, care de mai mult de un an de zile are întâlniri periodice cu preotul psihoterapeut, a venit la preot bucuroasă:

- Vai, părinte, ce bucurie în viaţa mea! În sfârşit, am rămas însărcinată… Dumneavoastră ştiţi cât de mult mi-am dorit eu aceasta. Doamne, ce bucurie! De mai mult de un an, de când sora mea a născut băieţelul acela drăguţ, nu mi-am mai acceptat viaţa. Şi iată, după o lungă aşteptare, clipa cea fericită a sosit! Dar să ştiţi, părinte, că nu am spus nimănui vestea aceasta deosebită, decât numai soţului meu şi dumneavoastră. Vreau să păstrez pentru o perioadă de timp mai îndelungată secretul. Nu de alta, dar nu vreau ca mama să aibă motiv să invadeze din nou viaţa mea şi să mă sufoce. Ar zice că trebuie să mă protejeze, să mă ajute, să-mi uşureze munca, dar intervenţia ei m-ar obosi de moarte. De-abia am reuşit s-o îndepărtez, s-o pun la locul ce i se cuvine, şi n-am deloc chef s-o văd întunecându-mi din nou viaţa. Ştiţi, de când m-am căsătorit şi m-am mutat la Sibiu, tare m-am liniştit. Ea a rămas la ograda ei, cu viaţa ei, iar eu m-am simţit dintr-o dată atât de relaxată! Era o povară pentru mine. Toată viaţa ei a fost o povară pentru mine, m-a controlat într-un mod revoltător şi comportamentul ei tiranic m-a dezgustat din fragedă pruncie. Aşa că, părinte, acum, cu sarcina, o să vin mai rar, dacă sunteţi de acord, la întâlnirile terapeutice. Dar o să mă spovedesc la fel de des, căci vreau să mă împărtăşesc des, pentru binele copilului.

După nici două săptămâni, credincioasa revine la preot disperată:

- Vai, părinte, ce nenorocire! Mama mea a aflat că sunt însărcinată. Doamne, din clipa aceea m-a lovit o durere de cap insuportabilă. Ca un junghi în creier! De aceea am venit la dumneavoastră. Asta-mi lipsea acum!

Ce blestem pe mine! Durerea asta e sfâşietoare. Se învârte totul cu mine. Soră-mea, a sesizat repede că sunt mai grăsuţă. Nu am putut să neg sarcina. Dar am implorat-o să nu spună nimănui, nici măcar mamei. Ea nu a rezistat, şi cum a ajuns acasă i-a telefonat. Apoi mama m-a şi sunat! Doamne, şi cât de bine mă simţeam. A distrus totul! Totul! Ce chin!

Preotul: - *Oare, de unde vine această agitaţie a dumneavoastră? Vă temeţi că şi-a găsit motiv să vă reinvadeze viaţa? Să se instaleze brutal în viaţa dumneavoastră şi să-şi reia comportamentul sufocant?*

- Da, cred că aşa va fi… cred că de aici îmi vin durerile de cap. Şi cât de greu mi-am dobândit libertatea! Cât de greu am zburat din cuibul ei! Şi cât de posesivă era! Vedeţi, şi la căsătoria mea a avut un cuvânt decisiv de spus ea. Dragostea mea nu conta, opinia mea era zero, ea a hotărât că soţul meu e persoana potrivită pentru mine. Copilaşul acesta în schimb, am simţit eu, că e decizia mea şi numai a mea. Atât mi-am dorit să nu se bage din nou în viaţa mea. Şi iată, iar a făcut-o! Vai, ce durere de cap am… Simt că nu mai pot…

Preotul: *Dar, ce ziceţi, totuşi, în familie, relaţia cu soţul merge bine? Sunteţi mulţumită? E pace şi armonie?*

- Ah, da, slavă Domnului, cu soţul deocamdată totul este bine. Şi a fost şi până acum. Dar de acum încolo nu ştiu ce va mai fi. Viitorul mă îngrozeşte…

Preotul: *Vă temeţi că se va schimba ceva şi în relaţia cu soţul?*

- Mă tem că voi ajunge ***controlată din nou***. Doamne, cât de liniştită am fost până acum. Nu mai vreau în viaţa mea pe nimeni să mă chinuie. Şi nu mai vreau motive să fiu chinuită. Am fost destul torturată… dacă va începe şi soţul meu, simt că voi înnebuni. Doamne, şi copilaşul acesta nu-i vinovat cu nimic. Şi el de ce trebuie să sufere?

* * *

Analiză: Dacă până acum terapeutul a interpretat durerea de cap ca fiind produsă de teama de a nu fi dirijată de mamă, apare acum posibilitatea de o interpreta ca ***o aluzie la copil***. Nu cumva simptomul reprezintă teama pacientei legată de faptul că copilul ar simboliza ***încercarea mamei de apune stăpânire pe ea din interiorul corpului?*** Pacienta a acceptat interpretarea şi a scos la iveală gândul ascuns că ***şi-ar putea urî propriul copil***, adăugând că durerea de cap ar putea fi expresia ***conflictului dintre iubirea protectoare pentru copil şi impulsul ei de o viaţă de a scăpa de orice i-ar îngrădi libertatea***. După această constatare, femeia observă că pentru prima dată, după multe zile, durea de cap a încetat.

Bibliografie

A. **În limba română:**

- Mircea Agabrian, 2000, *Sociologie,* Edit. Universităţii, Alba Iulia;
- G. W. Allport, 1981, *Structura şi dezvoltarea personalităţii*, Edit. Didactică şi Pedagogică, Bucureşti;
- A. Athanasiu, 2003, *Muzică şi medicină. Homo musicalis*, Edit. Minerva, Bucureşti;
- A. Băban, 2001, *Consilierea educaţională*, Edit. Presa Universitară Clujeană, Cluj-Napoca;
- Idem, 2002, *Metodologia cercetării calitative*, Edit. Presa Universitară Clujeană, Cluj-Napoca;
- Y. Benito, 2003, *Copii supradotaţi*, Edit. Polirom, Iaşi;
- E. Bonchiş – M. Drugaş – S. Trip – C. Dindelegan, 2006, *Introducere în psihologia personalităţii,* Edit. Universităţii din Oradea, Oradea;
- E. Bonchiş, 2006(a), *Psihologia generală,* Editura Universităţii din Oradea, Oradea;
- Idem, 2006(b), *Teorii ale dezvoltării copilului*, Edit. Dacia, Cluj-Napoca;
- A. Botiş – A. Tărău, 2004, *Disciplinarea pozitivă*, Edit. ASCR, Cluj-Napoca;
- S. Brumă-Popescu, 2003, *Dezvoltări dizarmonice de personalitate în copilărie şi în adolescenţă*, Edit. Paralela 45, Piteşti;
- J. Canfield – M. V. Hansen – P. Hansen – I. Dunlap, 2001, *Supă de pui pentru suflet de copil*, Edit. Amaltea, Bucureşti;
- D. Cornuţiu, 2003, *Breviar de Psihiatrie*, Edit. Imprimeriei de Vest, Oradea;
- A. Cosmovici, 1996, *Psihologie generală*, Edit. Polirom, Iaşi;

- J. Cosnier, 2002, *Introducere în psihologia emoţiilor şi a sentimentelor,* Edit. Polirom, Iaşi;
- 1998, *Dicţionar de Psihiatrie şi Psihopatologie clinică. Larousse,* Edit. Univers Enciclopedic, Bucureşti;
- J. Duquesne, 2005, Dumnezeu pe înţelesul copiilor, Edit. Humanitas, Bucureşti;
- C. Enăchescu, 2005, *Tratat de psihopatologie,* Edit. Tehnică, Bucureşti;
- J. Evola, 1994, *Metafizica sexului,* Edit. Humanitas, Bucureşti;
- S. Freud, 2004, *Opere 3. Psihologia inconştientului*, Edit. Ştiinţifică, Bucureşti;
- Fl. Gheorghe, 2003, *Fenomenologie penitenciară*, Edit. Oscar Print, Bucureşti;
- M. Golu, 2002, *Bazele psihologiei generale*, Edit. Universitară, Bucureşti;
- G. Habra, 1994, *Iubire şi senzualitate,* Edit. Anastasia, Bucureşti;
- I. Holdevici, 1996, *Elemente de psihoterapie*, Edit. All, Bucureşti;
- Idem, 1999, *Gândirea pozitivă*, Edit. Ştiinţă şi Tehnică, Bucureşti;
- Idem, 2000, *Ameliorarea performanţelor individuale prin tehnici de psihoterapie,* Edit. Orizonturi, Bucureşti;
- W. Huber, 1997, *Psihoterapiile*, Edit. Ştiinţă şi Tehnică, Bucureşti;
- G. Ionescu, 1973, *Introducere în psihologia medicală,* Edit. Ştiinţifică, Bucureşti;
- Idem, 1990, *Psihoterapie*, Edit. Ştiinţifică, Bucureşti;
- C. Juncu, 2004, *Psihologia educaţiei,* U.T Press, Cluj-Napoca;
- C. G. Jung, 1997, *Tipuri psihologice,* Edit. Humanitas, Bucureşti;

- M. Lăzărescu, 1994, *Psihopatologie clinică,* Edit. Helicon, Timişoara;
- F. Lelord – C. Andre, 1998, *Cum să ne purtăm cu personalităţile dificile,* Edit. Trei, Bucureşti;
- G. Lemeni – M. Miclea, 2004, *Consiliere şi orientare*, Edit. ASCR, Cluj-Napoca;
- A. Lieury, 1990, *Manual de psihologie generală*, Edit. Antel, Bucureşti;
- V. Lossky, 1993, *Introducere în teologia ortodoxă*, Edit. Enciclopedică, Bucureşti;
- E. Lupşa – V. Bratu, 2005, *Psihologie*, Edit. Corvin, Deva;
- T., Malirn – A. Birch – A. Wadeley, 1999, *Perspective în psihologie*, Edit. Tehnică, Bucureşti;
- I. Mânzat, 1997, *Psihologia credinţei religioase*, Edit. Ştiinţă şi Tehnică, Bucureşti;
- I. Mitrofan, 2000, *Orientarea experienţială în psihoterapie,* Edit. Sper, Bucureşti;
- I. Mitrofan – D. Buzducea, 2002, *Psihologia pierderii şi terapia durerii*, Edit. Sper, Bucureşti;
- I. Moldovan, 1995, *Pedagogia creştină*, Edit. Logos, Oradea;
- Idem, 2001(a), *Psihologia vieţii religioase*, Edit. Logos, Cluj-Napoca;
- Idem, 2001(b), *Introducere în psihologia vieţii religioase*, Edit. Logos, Cluj-Napoca;
- A. Munteanu, 2003, *Psihoterapia copilului şi a adolescentului*, Edit. Augusta, Timişoara;
- C. Neamţu – A. Gherguţ, 2000, *Psihopedagogie specială*, Edit. Polirom, Iaşi;
- P. Neveanu-Popescu – M. Zlate – T., Creţu, 1991, *Psihologie*, Edit. Didactică şi Pedagogică, Bucureşti;

- A. Nuţă, 2003, *Psihoterapeutul de buzunar,* Edit. Sper, Bucureşti;
- Constantin Oancea, 2002, *Tehnici de sfătuire/consiliere,* Edit. Vavila, Bucureşti;
- M. D. Paşca, 2004, *Povestea terapeutică*, Edit. Ardealul, Târgu-Mureş;
- Idem, 2005, *Infractorul minor şi reintegrarea sa în comunitate*, Edit. Ardealul, Târgu-Mureş;
- Idem, 2006, *Noi perspective în psihologia medicală*, Edit. Ardealul, Târgu-Mureş;
- Idem, 2007, *Noi perspective în psihologia medicală* (Ediţia a II-a), Edit. University Press, Târgu-Mureş;
- Idem, 2007, *Consilierea psihologică în mediul universitar,* Edit. University Press, Târgu-Mureş;
- V. Pavelcu, 1969, *Din viaţa sentimentelor,* Edit. Enciclopedică Română, Bucureşti;
- P. Popescu-Neveanu, 1991, *Dicţionar de psihologie*, Edit. Albatros, Bucureşti;
- J. Piaget, 1971, *Biologie şi cunoaştere*, Edit. Dacia, Cluj-Napoca;
- V. Preda, 2003, *Terapii prin medierea artistică*, Presa Universitară Clujeană, Cluj-Napoca;
- V. Predescu, 1989, *Psihiatrie*, Edit. Medicală, Bucureşti;
- C. Rădulescu-Motru, 1994, *Problemele psihologiei*, Edit. Moldova, Bucureşti;
- Idem, 1995, *Puterea sufletească,* Edit. Moldova, Bucureşti;
- Al. Roşca, 1976, *Psihologia generală*, Editura Didactică şi Pedagogică, Bucureşti;
- T. Rudica – D. Costea, 2004, *Psihologia omului în proverbe*, Edit. Polirom, Iaşi;
- A. Sen, 1978, *Educaţie şi terapie*, Edit. Didactică şi Pedagogică, Bucureşti;

- B. S. Siegel, 2004, *Iubire, medicină şi miracole*, Edit. Humanitas, Bucureşti;
- N. Sillamy, 2006, *Larousse. Marele dicţionar al psihologiei*, Edit. Univers Enciclopedic, Bucureşti;
- N. Stanton, 1995, *Comunicarea*, Edit. Societatea Ştiinţă şi Tehnică, Bucureşti;
- D. Stăniloae, 1992(a), *Spiritualitatea ortodoxă. Ascetica şi mistica*, Edit. Institutului Biblic şi de Misiune Ortodoxă, Bucureşti;
- Idem, 1992(b), *Din istoria isihasmului în ortodoxia română*, Edit. Scripta, Bucureşti;
- U. Şchiopu – E. Verza, 1995, *Psihologia vârstelor*, Edit. Didactică şi Pedagogică, Bucureşti;
- Gh. Şincan, 2004, *Pilde, povestiri duhovniceşti, istorioare nostime*, Edit. Reîntregirea, Alba Iulia;
- T. Tia, 2003, *Elemente de Pastorală Misionară pentru o societate post-ideologică,* Edit. Reîntregirea, Alba Iulia;
- F. Tudose, 2002, *Psihopatologia şi psihiatria pentru psihologi*, Edit. Informatică, Bucureşti;
- H. Vlachos, 1998, *Psihoterapia ortodoxă*, Edit. Învierea, Timişoara;
- Idem, 2001, *Psihoterapia ortodoxă*, Edit. Sophia, Bucureşti;
- R. Yin, 2005, *Studiul de caz*, Edit. Polirom, Iaşi;
- V. Zenkovsky, 1998, *Convorbiri cu tinerii despre sexualitate,* Edit. Bizantină, Bucureşti;
- W. B. Zion, 2001, *Eros şi transfigurare,* Edit. Reîntregirea, Alba Iulia;
- M. Zlate, 2000, *Introducere în psihologie*, Edit. Polirom, Iaşi;

***

B) **Bibliografie în limbi străine (exclusiv italiană)**

- M. Hansenne, 2003, *Psychologie de la Personnalité*, DeBoeck Université, Bruxelles;
- A. E. Ivey, 1994, *Intentional Interviewing and Counseling Facilitating Client Development in Multicultural Societies*, Company Pacific Grove, Brooks/Cole Publishing Company, California;
- W. James, 1996, *La volonté de croire*, Paris;
- H. Lehalle – D. Mellier, 2002, *Psychologie du développement. Enfance et adolescence. Cours et exercices*, Editeur Dunod, Paris;
- B. Pascal, 1963, *Œuvres complètes*, Editeur Le Seuil, Paris ;
- N. Peseschkian, 2005, *Poveşti orientale ca instrument de psihoterapie*, Edit. Trei, Bucureşti;
- C. R. Rogers, 1996, *Développement de la personne*, Editeur Dunod, Paris;
- Ch. Thomson – I. Rudolph, 1992, *Counseling Children*, Brooks/Cole Publishing Company Pacific Grove, California;
- J. Valsiner, 1987, *Culture and the Development of Children's Action*, Edit. John Wiley and Sons, England;
- Idem, 1998, *The development of the concept of development in Historical an Epistemological perspectives in demon. Handbook of Child Psychology* (vol.1), Wiley, New-York;
- Idem, 2000, *Culture an Human Development. An Introduction*, Edit. Sage Publications, London;
- Idem, 2003, *Beyond Social Representation. A Theory of Enablement in papers on social representation*, vol.12;
- A. Vergote, 1985, *Religion, foi, incroyance. Étude psychologique*, Editeur Mardaga, Bruxelles.

***

C. **Bibliografie din spaţiul italian**

- G. d'Acquino, 1972, *Educazione psicoaffettiva,* Edit. Borla, Torino;
- J.-M. Aubert, 1989*, Compendio della morale cattolica,* Edit. Paoline, Milano;
- J. Bamberger, 1996, *La religione è un'illusione? La sfida di Freud alla teologia,* Concilium [it.] 4/96);
- I. Baumgartner, 1993, *Psicologia pastorale,* Ed. Borla, Torino;
- B. Borsato, 1994, *Le sfinde alla pastorale d'oggi. Vivere la fede e la Chiesa in modo adulto,* Edit. Dehoniane, Bologna;
- G. Bruno, 1995, *Il colloquio psicologico nella Direzione spirituale,* Ed. Rogate, Brescia;
- M. Baldini, 1994, *Educare all'ascolto,* Edit. La Scuola, Brescia;
- A. Brusco, 1993, *La relazione pastorale d'aiuto, camminare insieme,* ed. Camilline, Torino;
- S. Cavalleti, 1989, *Il potenziale religioso del bambino,* Paoline, Roma;
- A. Cencini, 1986, *Amerai Dio con tutto il cuore. Psicologia dell'incontro con Dio,* ed. Dehoniane, Bologna;
- L. Cian, 1992, *La relazione di aiuto, elementi teorico-pratici per la formazione ad una corretta comunicazione interpersonale,* Ed. Elle di Ci, Torino;
- G. Courtoise, 1972, *Per "riuscire" con i fanciulli,* Ed., Brescia;
- G. M. Comolli – Italo Monticelli (a cura di), 1999, *Manuale di Pastorale Sanitaria,* Edizoni Camilliane, Torino;
- G. Dacquino, 1972, *Educazione psicoaffetiva,* Ed. Borla, Torino;
- Idem, 1984, *Vivere il piacere,* Ed. Internazionale, Torino;
- K. Frielingsdorf, 1993, *Ma Dio non è cosi,* ed. Paoline, Roma, 1993;

- Idem, 1993, *Vivere non sopravivere, salute psicologica e fede,* Ed. Citta' Nuova, Roma;
- J. Garcia-Monge, *Il dialogo spirituale e la terapia,* "Concilium" [it.] 10/1974;
- Idem, 1978, *Il colloquio psicologico nell'azione spirituale,* Ed. La Scuola, Brescia şi Ed. Antonianum, Roma;
- Idem, 1981, *La psicologia in funzione pastorale, metodologia del colloquio,* Ed. La Scuola Editrice, Brescia şi Ed. Antonianum, Roma;
- A. Godin, 1966, *La relazione umana nel dialogo pastorale,* Ed. Borla, Roma;
- Th. Gordon, 1997, *Genitori efficaci, educare figli responsabili,* Ed. Meridiana Potenza, Bari;
- Idem, 1996, *Insegnanti efficaci,* Ed. Giunti Liscioni, Firenze;
- A. Gorres – K. Rahner, 1996, *Il male, le risposte della psicoterapia e del cristianesimo,* Cuneo;
- B. Groeschel, 1997, *Passaggi dello spirito, la psicologia dello sviluppo spirituale*, Padova;
- G. Groppo, 1980, *Psicologia e teologia: modelli di rapporto,* "Orientamenti pedagogici" 5/1980;
- A. Grun, 1997, *Comme essere in armonia con se stessi,* Edit. Queriniana, Brescia;
- R. Hostie, 1996, *Il sacerdote, consiliere spirituale*, Edit. Borla, Torino;
- F. Imonda, 1994, *Aspetti del dialogo tra le scienze umane e pedagogiche e la dimensione teologica,* "Seminarium" 1/1994;
- J. Loew, 1967, *Il contatto pastorale personale con l'"incredulo",* "Concilium" [it.] 3/1967.
- A. Manenti, 1987, *Teologia e psicologia: il metodo interdisciplinare,* "Rivista di teologia morale" 76/1987;
- G. Mazzocato, 1996, *Psicologia e pastorale, urgenze pratiche e questioni teoriche,* "Teologia" 2/1996;
- A. Miller, 1997, *Il drama del bambino dotato e la ricerca del vero sé,* Edit. Boringhieri, Torino;

- H. Nouwen, 1982, *Il guaritore ferito, il ministero nella società contemporanea,* Edit. Queriniana (Colecţia *Spiritualita'* 22*),* Brescia;
- Idem, *Ministero creativo, 1981,* (Colecţia *Spiritualita'* 20), Brescia;
- L. Pignatiello, 1996, *Comunicare la fede, saggi di teologia pastorale,* Edit. Paoline, Torino;
- J.-M. Pohier, 1991, *Psicologia e Teologia*, Paoline, Torino;
- A. Ple, 1974, *Mutamento di posizione della chiesa di fronte alla psicoanalisi*, "Concilium" [it.] 9/1974;
- C. Rogers – M. Kinget, 1980, *Psicoterapia e relazioni umane,* Edit. Boringhieri, Torino;
- G. Sovernigo, 1995, *Educare alla fede. Elementi per un progetto educativo-pastorale,* Edit. Dehoniane, Bologna;
- Idem, 1993, *L'aiuto psicologico nella crescita spirituale,* "*Credere oggi*" 3/1993;
- Idem, 1997, *Vivere la carità, maturazione relazionale e vita spirituale,* Edit. Dehoniane, Bologna;
- Idem, 1998, *La persona e l'azione del mediatore pastorale. Aspetti personali,* ed. Ftis, Padova;
- M. Szentmártoni, 2001, *Camminare insieme. Psicologia pastorale,* Edit. San Paolo, Milano;
- A. N. Terrin, 1988, *Leiturghia, dimensione fenomenologica e aspetti semiotici,* Ed. Queriniana, Brescia;
- A. Van Kaam, 1985, *Il counseling, una moderna terapia esistenziale,* Ed. Citta Nuova, Roma;
- A. Vergote, 1968, *Per una fede adulta,* "Lumen vitae" 3/1968;
- R. Zavalloni, 1989, *Il consiliere pedagogico. La relazione d'aiuto nell'educazione,* Edit. La Scuola, Brescia.